Guérison

pour

L'ESPRIT

Ellen G. White

New Covenant Publications International Ltd. French

Copyright © 2020. Publications Internationales de la Nouvelle Alliance.

Tous droits réservés. Aucune partie de ce livre ne peut être reproduite ou transmise sous quelque forme ou par quelque moyen que ce soit sans l'autorisation écrite expresse de l'auteur, sauf dans le cas de brèves citations contenues dans des articles et des revues critiques. Veuillez adresser toutes les questions pertinentes à l'éditeur.

Tous droits réservés. Aucune partie de ce livre ne peut être reproduite ou utilisée sous aucunes formes ou par quelque procédé que se soit, électronique ou mécanique, y compris des photocopies et des rapports ou par aucun moyen de mise en mémoire d’information et de système de récupération sans la permission écrite de l'éditeur, sauf par un critique qui peut citer de brefs passages dans une revue.

ISBN : 359-2-85933-609-1

ISBN : 359-2-85933-609-1

Données de catalogage avant publication

Edité et Crée par : Le Groupe International de la Nouvelle Alliance.

Imprimé au Royaume-Uni.

Première impression le 26 mai 2020

Publié par New Covenant Publications International Ltd.

Kemp House, 160 City Road, London, EC1V 2NX

Visitez le site web : www.newcovenant.co.uk

Guérison pour l'Esprit

Macbeth: Guéris-la de cela. Ne peux-tu donc soigner
un esprit malade, arracher de la mémoire
un chagrin enraciné, effacer les soucis
gravés dans le cerveau, et, par la vertu de quelque
bienfaisant antidote d'oubli, nettoyer le sein encombré de
cette matière pernicieuse qui pèse sur le coeur?

Acte V, Scène III
Macbeth, 1606
William Shakespeare

Cette page a été laissée vierge intentionnellement.

New Covenant Publications

International Ltd.

Livres Réformés, Esprits Transformés

New Covenant Publications International Ltd.,
Kemp House, 160 City Road, London, EC1V 2NX

Email: newcovenantpublicationsintl@gmail.com

Remerciements

Ce livre est dédié à Dieu Éternel.

Avant-propos

New Covenant Publications International reconnecte le lecteur avec le plan divin liant le ciel et la terre et renforçant la perpétuité de la loi de l'amour. Le logo, l'Arche de l'Alliance, représente l'intimité entre le Christ Jésus et Son peuple et la centralité de la loi de Dieu. Comme il est écrit : « Mais voici l'alliance que je ferai avec la maison d'Israël, après ces jours-là, dit l'Eternel : Je mettrai ma loi au-dedans d'eux-mêmes, je l'écrirai dans leur cœur ; et je serai leur Dieu, et ils seront mon peuple. » (Jérémie 31: 31-33; Hébreux 8: 8-10). Par conséquent, la nouvelle alliance embrasse un peuple dans le cœur duquel Son amour et Sa loi sont unis et inscrits, même au milieu de violents conflits, de débauche et de tromperies sans frein.

Pendant de nombreux siècles, beaucoup ont souffert d'affliction, d'oppression incompréhensible et de guerre agressive, susceptibles de faire disparaître la vérité et d'effacer la connaissance de Dieu. En particulier au moyen âge, la vérité avait été grandement obscurcis par les traditions humaines et l'ignorance populaire, car les habitants du monde entier avaient méprisé la sagesse et transgressé l'alliance. Le fléau de compromis avec les maux qui proliféraient provoquèrent un déferlement de dégénération débridée et inhumanité diabolique, que beaucoup de vies furent injustement sacrifiées, refusant de se rendre le droit de conscience. Néanmoins, une connaissance perdue a été rétablie, spécialement pendant la Réforme.

L'Histoire, spécialement pendant l'ère de la Réforme au 16ème siècle marque un important moment de vérité, un changement fondamental et de la turbulence en conséquence, comme le montra l'exemple du mouvement de la Contre-Réforme mouvement. Cependant, dans ce volume, on redécouvre la portée indéniable de cette révolution singulière du point de vue des réformateurs et d'autres témoins de premier plan. De leurs récits, on peut comprendre les batailles dévastatrices et les raisons qui sous-tendent une telle résistance phénoménale. On peut même sonder les mystères impénétrables, les controverses virulentes et les interventions surnaturelles.

Notre devise: « Livres Réformés, Esprits Transformés » accentue le genre littéraire distinct, composé dans une ère critique et son incidence. Elle se fait aussi l'écho de l'urgence de la réforme personnelle, la renaissance et la transformation. A l'instar de la presse de Gutenberg, couplée par l'œuvre de la traduction, qui diffusa les principes de la foi réformée, il y a quelque 500 ans, la presse et les médias en ligne digitalisés se devraient de communiquer dans toutes les langues la lumière de la vérité dans ces derniers temps.

Table des Matières

Chapitre 39 — Nécessité d'un comportement harmonieux de la personnalité 7
Chapitre 40 — Influence du corps sur l'esprit.....12
Chapitre 41 — Rôle du régime alimentaire 15
Chapitre 42 — L'esprit et la santé physique.....24
Chapitre 43 — L'esprit et la santé spirituelle 30
Chapitre 44 — Les lois qui régissent l'esprit 38
Chapitre 45 — L'individualité.....43
Chapitre 46 — Les relations humaines* 49
Chapitre 47 — L'hygiène mentale*.....56
Chapitre 48 — Le sentiment de culpabilité 64
Chapitre 49 — La tristesse.....69
Chapitre 50 — Les soucis et l'anxiété 74
Chapitre 51 — La peur.....80
Chapitre 52 — La dépression*.....85
Chapitre 53 — Différends et polémiques 97
Chapitre 54 — Le surmenage intellectuel 103
Chapitre 55 — La souffrance.....106
Chapitre 56 — La colère.....110
Chapitre 57 — La haine et l'esprit de vengeance 117
Chapitre 58 — La foi 122
Chapitre 59 — La formation du caractère 132
Chapitre 60 — Conflits et conformité au monde.....139
Chapitre 61 — Le rôle vital des lois divines.....144
Chapitre 62 — L'art de la communication 152
Chapitre 63 — L'imagination.....163
Chapitre 64 — Les habitudes.....170
Chapitre 65 — L'indolence.....174

Chapitre 66 — Besoins émotionnels*.....177
Chapitre 67 — Dispositions naturelles 184
Chapitre 68 — Relations sociales 188
Chapitre 69 — Sentiments de frustration.....195
Chapitre 70 — La critique négative.....198
Chapitre 71 — Le bonheur.....202
Chapitre 72 — Habitudes de pensée.....212
Chapitre 73 — La maîtrise des pensées* 218
Chapitre 74 — Les doutes.....223
Chapitre 75 — Imagination et maladie* 230
Chapitre 77 — La pseudo-science* 242
Chapitre 79 — Les dangers de l'hypnotisme*.....252
Chapitre 80 — L'exaltation de soi — un piège de Satan* 261
Chapitre 81 — Cure mentale appropriée* 268
Chapitre 82 — Travailler en harmonie avec la science.....275
Chapitre 83 — La gérontologie 280
Chapitre 84 — Traiter des émotions.....287
Chapitre 85 — Donner et recevoir des conseils 293
Chapitre 86 — Confidences et confessions 303
Chapitre 87 — Psychologie et théologie 308
Chapitre 88 — Influences négatives sur l'esprit.....314
Chapitre 89 — Influences positives sur l'esprit.....320

Section 9 — Corrélation entre le corps et l’esprit

Chapitre 39 — Nécessité d'un comportement harmonieux de la personnalité

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 385.1

Un lien mystérieux — Il existe un rapport mystérieux et merveilleux entre le corps et l'esprit qui réagissent l'un sur l'autre. Le premier souci de la vie devrait être de conserver son corps en bonne condition pour que chaque organe de la machine vivante puisse jouer son rôle avec harmonie. Négliger le corps, c'est négliger l'esprit. Des corps maladifs et des esprits diminués ne peuvent glorifier Dieu. — Témoignages pour l'Église 1:476 (1875). {EMS2 385.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 385.2

Respecter l'harmonie des lois — La loi de Dieu — émanation de sa volonté, révélation écrite de son caractère, expression de la sagesse et de l'amour divins — est aussi sacrée que Dieu lui-même, et l'harmonie de la création dépend d'un parfait accord entre cette loi et tout ce qui existe, animé ou inanimé. Dieu a placé non seulement les êtres intelligents, mais aussi toutes les opérations de la nature sous des lois fixes qu'il n'est pas permis de violer. Tandis que la nature est 386gouvernée par des lois naturelles, seul, parmi tous les autres êtres, l'homme est justiciable de la loi morale. — Patriarches et prophètes, 29, 30 (1890). {EMS2 385.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 386.1

Une harpe à mille cordes — Comprendre les lois de leur être que Dieu a établies n'est pas seulement le privilège mais le devoir sacré de tous... Et à mesure qu'ils comprendront mieux l'organisme humain, ...ils s'efforceront de soumettre leur corps aux nobles facultés de l'esprit. Ils considéreront le corps comme un édifice merveilleux, conçu par l'Architecte infini, qui leur est confié afin qu'ils préservent l'harmonie de cette harpe à mille cordes. — The Health Reformer, septembre 1871; My Life Today, 148. {EMS2 386.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 386.2

Partie intégrante d'un ensemble parfait — Nous sommes tous représentés comme étant les membres du corps, unis en Christ. Ce corps comporte différents membres dont chacun ne peut remplir le même rôle que l'autre... Cependant, tous ces organes sont nécessaires à l'ensemble parfait et agissent dans une merveilleuse harmonie l'un avec l'autre. Les mains et les pieds ont leur fonction propre. L'un ne peut pas dire à l'autre: "Tu m'es inférieur"; les mains ne sauraient dire aux pieds: "Je n'ai pas besoin de vous"; mais tous font partie intégrante du corps et ont un rôle particulier à jouer; ils doivent donc être respectés au même titre, puisqu'ils contribuent au bien-être et à l'utilité de l'ensemble parfait. — Testimonies for the Church 4:128 (1876). {EMS2 386.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 386.3

Le développement harmonieux des facultés mentales et morales — Le développement de l'esprit est un devoir que nous nous devons à nous-mêmes, que nous devons à la société et à Dieu. Mais nous ne devrions jamais cultiver l'intelligence au détriment de nos facultés morales et spirituelles. Ce n'est que par le développement harmonieux des facultés mentales et morales que l'on peut atteindre au plus haut degré de perfection des unes et des autres. — The Review and Herald, 4 janvier 1881. {EMS2 386.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 386.4

Une cause de maladie — C'est le manque d'harmonie dans l'organisme humain qui engendre la maladie. L'imagination 387peut contrôler les autres parties du corps à leur détriment. Toutes les parties de l'organisme doivent travailler dans l'harmonie. Les différentes parties du corps, surtout celles qui sont les plus éloignées du cœur, doivent bénéficier d'une bonne circulation du sang. Les membres jouent un rôle important et devraient recevoir l'attention qu'ils méritent. — Special Testimonies Series B 15:18 (3 avril 1900); Counsels on Health, 587. {EMS2 386.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 387.1

Une faculté altérée affecte l'être tout entier — Si une seule faculté est laissée en sommeil ou si elle est détournée de sa fonction, le plan de Dieu n'est pas réalisé. Toutes les facultés doivent être convenablement développées. Il faut prendre soin de chacune d'elles, car chacune influe sur les autres, et toutes doivent être mises en exercice pour que l'esprit soit suffisamment équilibré. {EMS2 387.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 387.2

Si un ou deux organes sont développés et utilisés parce que vos enfants veulent employer leurs capacités d'esprit dans une direction au détriment d'autres facultés mentales, ils atteindront leur maturité avec un esprit déséquilibré et un caractère qui manqueront d'harmonie. Ils seront capables et forts dans un domaine, mais grandement déficients dans d'autres domaines tout aussi importants. Ce ne seront pas des hommes et des femmes compétents. Leurs lacunes seront manifestes et nuiront à leur personnalité tout entière. — Testimonies for the Church 3:26 (1872). {EMS2 387.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 387.3

Quand l'esprit des prédicateurs de l'Evangile, des professeurs de nos écoles et des étudiants est sans cesse en action par l'étude, les nerfs qui commandent les émotions sont sollicités alors que ceux qui commandent les mouvements sont inactifs. Comme ce sont les organes de l'intelligence qui sont toujours mis à contribution, ils sont surmenés et affaiblis, tandis que les muscles perdent leur vigueur faute d'exercice. On n'a pas envie de faire travailler ses muscles en se livrant à un effort physique, parce que l'exercice semble ennuyeux. — Témoignages pour l'Église 1:481, 482. {EMS2 387.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 387.4

Attention au surmenage — Souvenons-nous que l'homme a le devoir de préserver le talent de l'intelligence que Dieu lui 388a donné en maintenant son organisme physique grâce à une activité équilibrée. L'exercice physique quotidien est nécessaire au bien de la santé. Ce n'est pas le travail, mais le surmenage sans périodes de repos qui épuise les gens et met en péril leurs forces vitales. Ceux qui se surmènent au travail ne tardent pas à accomplir leurs tâches sans optimisme. {EMS2 387.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 388.1

Le travail pour le Seigneur doit être accompli avec courage et bonne humeur. Dieu désire que nous mettions de l'esprit, de la vie et de l'optimisme dans ce que nous faisons. Ceux qui travaillent intellectuellement devraient veiller avec soin à toutes les parties de l'organisme humain, afin de répartir les efforts fournis. Lorsqu'il est sagement mesuré, l'effort physique et mental maintiendra l'être humain tout entier dans une condition qui le rendra agréable à Dieu... {EMS2 388.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 388.2

Faites votre travail de chaque jour avec confiance, courage et bonne humeur. Ne vous surmenez pas. Il vaut beaucoup mieux laisser de côté certaines des choses que vous aviez prévu de faire pour la journée, plutôt que de vous surmener, de vous exténuer au point de manquer du courage nécessaire pour accomplir les tâches du lendemain. Ne violez pas aujourd'hui les lois de la nature, de peur que vous ne disposiez plus de l'énergie requise pour le jour suivant. — Lettre 102, 1903. {EMS2 388.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 388.3

Excès de langage — D'après la lumière que Dieu m'a donnée, je sais que vous êtes affecté de difformité spirituelle. Au lieu de manifester sans faille des sentiments et des principes justes et recommandables, vous cultivez des sentiments et des principes qui vous excluerons — vous et tous ceux qui manifestent le même esprit — des parvis célestes. Votre esprit est déformé à cause de la manière dont vous le traitez. Je vous supplie de changer résolument d'attitude. Abstenez-vous de tout excès de langage, car cela détruit l'harmonie de l'esprit. {EMS2 388.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 388.4

Le corps a besoin de soins attentifs, pour qu'il soit conservé en bonne santé. De même, l'esprit doit être sérieusement discipliné, pour qu'il ne soit pas exagérément développé dans certains domaines et insuffisamment dans d'autres. Parce que ces organes sensibles échappent à vos regards — ce qui vous 389permettrait de voir le mal que vous causez à vos facultés intellectuelles et comment vous devez les contrôler — vous ne vous rendez pas compte du préjudice que vous leur faites subir. Vous nourrissez des théories erronées et votre esprit se met au service de ces théories. {EMS2 388.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 389.1

La manière dont vous traitez vos facultés mentales les épuise. Vous ne pouvez pas mesurer le mal qui en résulte. Tôt ou tard, vos amis eux-mêmes se rendront compte de l'évolution défavorable de vos pensées et de vos actions. Votre estomac commence à ressentir l'influence de l'esprit. Un esprit équilibré et bien discipliné améliorerait vos capacités digestives. — Lettre 29, 1897. {EMS2 389.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 389.2

Les lacunes des uns compensées par les qualités des autres (conseils adressés à un homme marié) — Il est impossible que nous ayons tous la même mentalité ou que nous chérissions les mêmes idées; mais l'un doit être un bienfait, une bénédiction pour l'autre, si bien que lorsque l'un a des lacunes, l'autre peut suppléer à ses manques. Vous avez certains défauts de caractère et des penchants naturels qui font qu'il vous serait profitable d'entrer en contact avec une manière différente de penser, pour mieux équilibrer le vôtre. Au lieu de régenter les choses de façon aussi stricte, vous devriez consulter votre femme, et prendre des décisions en commun. Vous n'encouragez pas des efforts indépendants de la part de votre famille, et si vos directives précises ne sont pas suivies scrupuleusement, vous blâmez trop souvent les récalcitrants. — Testimonies for the Church 4:128 (1876). {EMS2 389.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 389.3

Maîtriser les propensions inférieures — "Nous sommes ouvriers avec Dieu". 1 Corinthiens 3:9. L'homme doit travailler à son salut avec crainte et tremblement; car c'est Dieu qui opère en lui le vouloir et le faire selon son bon plaisir. Il donne à l'homme les capacités physiques et mentales. Aucune de celles-ci n'est inutile. Aucune ne doit être mal utilisée ou endommagée. Les propensions inférieures doivent être régies par les facultés supérieures. — Lettre 139, 1898. {EMS2 389.3}

390

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 390.1

La santé du corps et de l'esprit — La vie de Daniel est une illustration inspirée de ce qu'est un caractère sanctifié. Elle renferme un enseignement pour tous, notamment pour les jeunes. Une stricte conformité aux exigences divines est bénéfique pour la santé du corps et de l'esprit. {EMS2 390.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 390.2

Pour pouvoir atteindre les niveaux supérieurs des idéaux moraux et intellectuels, il est nécessaire de rechercher la sagesse et la force auprès de Dieu, et d'observer une stricte tempérance dans toutes les habitudes de vie. Nous voyons, dans l'expérience de Daniel et de ses compagnons, comment les principes peuvent triompher sur la tentation de céder aux appétits. Cette expérience nous montre que grâce aux principes religieux, les jeunes gens peuvent surmonter les désirs de la chair et rester fidèles aux préceptes divins, fût-ce au prix de grands sacrifices. — The Review and Herald, 25 janvier 1881; The Sanctified Life, 23. {EMS2 390.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 390.3

Vie saine et perfection du caractère — Une vie pure et saine est particulièrement propice à la perfection du caractère chrétien et au développement des aptitudes de l'esprit et du corps. — The Review and Herald, 1 décembre 1896; Counsels on Health, 41. {EMS2 390.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 390.4

Encore et toujours l'harmonie — En utilisant convenablement et au maximum nos facultés, en gardant chaque organe en bonne condition..., afin que l'esprit, les nerfs et les muscles travaillent de façon harmonieuse, nous pourrons rendre à Dieu un meilleur service. — The Youth's Instructor, 7 avril 1898. {EMS2 390.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 390.5

Bienfaits de la réforme sanitaire — Ceux qui servent Dieu avec sincérité et honnêteté seront un peuple particulier, différent du monde, et séparé de lui. Leur nourriture sera préparée non pour encourager la gloutonnerie ou pour satisfaire des goûts pervertis, mais pour leur assurer la meilleure énergie physique et par conséquent les meilleures conditions mentales... {EMS2 390.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 390.6

Notre Père céleste nous a accordé la grande bénédiction de la réforme sanitaire, afin que nous le glorifiions en nous soumettant aux droits qu'il a sur nous... La mise en œuvre 391harmonieuse et saine de toutes les capacités du corps et de l'esprit produit la joie; plus les capacités sont élevées et raffinées, plus la joie est pure et sans mélange. — The Review and Herald, 29 juillet 1884; Counsels on Health, 50, 51. {EMS2 390.6}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 391.1

Réflecteurs de joie — Le peuple de Dieu a de nombreuses leçons à apprendre. Les croyants jouiront d'une paix parfaite si leur esprit demeure fixé sur Celui qui est trop sage pour se tromper et trop bon pour leur faire du mal. Ils doivent se pénétrer de l'éclat du sourire de Dieu et le refléter sur leurs semblables. Ils doivent se demander quelle mesure de lumière ils peuvent introduire dans la vie de ceux qui les entourent. Ils doivent se tenir tout près du Christ, si près qu'ils seront assis avec lui comme s'ils étaient ses petits enfants, dans une unité douce et sainte. Ils ne doivent jamais oublier qu'à mesure qu'ils bénéficient de l'affection et de l'amour de Dieu, ils ont la responsabilité solennelle d'en faire part à d'autres. Dès lors, ils pourront exercer une influence rayonnante qui sera une bénédiction pour tous ceux de leur entourage dont le sentier sera ainsi illuminé. — Lettre 40, 1903; Medical Ministry, 45. {EMS2 391.1}

392

Chapitre 40 — Influence du corps sur l'esprit

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 392.1

Relation étroite entre l'esprit et le corps — Il existe une relation étroite entre l'esprit et le corps. Pour atteindre un degré élevé sur le plan moral et intellectuel, il convient de respecter les lois qui régissent notre être physique. — Patriarches et prophètes, 601 (1890). {EMS2 392.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 392.2

Effort mental et énergie physique — Nous devrions veiller à préserver nos énergies dans toute leur force pour accomplir l'œuvre qui est devant nous. Tout ce qui affaiblit notre énergie physique affaiblit par là même notre effort mental. C'est pourquoi il faut soigneusement éviter toute pratique nuisible à la santé du corps. {EMS2 392.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 392.3

L'apôtre Paul écrit: "Je traite durement mon corps et je le tiens assujetti, de peur, après avoir prêché aux autres, d'être moi-même disqualifié." 1 Corinthiens 9:27. Nous ne pouvons pas maintenir notre consécration à Dieu et par ailleurs gâcher notre santé en persistant délibérément dans la pratique de mauvaises habitudes. Le renoncement à soi-même est une des conditions, non seulement de l'engagement au service du

393

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 392.3

Christ, mais du maintien à son service. Le Christ lui-même déclare sans ambages: "Si quelqu'un veut venir après moi, qu'il renonce à lui-même, qu'il se charge de sa croix et qu'il me suive." Matthieu 16:24. {EMS2 392.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 393.1

Pourtant, nombreux sont ceux que se disent chrétiens et qui répugnent à pratiquer le renoncement à soi-même, fût-ce pour l'amour du Christ. Combien souvent l'attachement à quelque habitude néfaste est plus forte que le désir d'acquérir un esprit sain dans un corps sain. Les mauvaises heures précieuses de la grâce sont gaspillées, les moyens que Dieu a donnés sont dilapidés pour le seul plaisir des yeux ou pour satisfaire l'appétit. Les mauvaises habitudes maintiennent des milliers de personnes esclaves de ce qui est terrestre et sensuel. Nombreux sont les captifs volontaires, qui ne souhaitent pas de meilleur partage. — The Signs of the Times, 1 juin 1882. {EMS2 393.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 393.2

Lucidité perdue — Tout ce qui diminue la vigueur corporelle affaiblit également l'esprit et lui enlève la possibilité de distinguer le bien et le mal. La volonté de faire le bien s'en trouve donc elle aussi amoindrie. — Les paraboles de Jésus, 301 (1900). {EMS2 393.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 393.3

Mauvaises habitudes et idées fausses — Frère_____, vous vous appesantissez sur vous-même. Vous voyez beaucoup de choses sous un faux jour. Vous êtes soupçonneux, méfiant et jaloux; vous soupçonnez le mal. Vous pensez que tout le monde veut vous faire du tort. Vous êtes à l'origine de la plupart de ces maux. Vous interprétez beaucoup de choses comme étant préméditées pour vous faire du mal, alors que c'est loin d'être le cas. Votre manière de voir les choses vous cause le plus grand tort. {EMS2 393.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 393.4

En réalité, vous êtes votre pire ennemi. Vos mauvaises habitudes nuisent à la circulation de votre sang, le drainent dans le cerveau, si bien que votre vision des choses est déformée. Vous êtes susceptible, emporté; vous n'avez pas cultivé la maîtrise de soi. Votre volonté et votre manière d'agir sont justes à vos yeux. Mais si vous ne voyez pas les défauts de votre caractère et si vous ne lavez pas vos vêtements pour 394les blanchir dans le sang de l'Agneau, vous n'hériterez certainement pas de la vie éternelle. Vous aimez la théorie de la vérité, mais vous n'avez pas permis à votre vie d'être sanctifiée par elle. Vous ne mettez pas en pratique dans votre quotidien les principes de la vérité que vous professez. — Lettre 27, 1872. {EMS2 393.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 394.1

Les habitudes physiques affectent le cerveau — Le cerveau est la citadelle de l'être. De mauvaises habitudes physiques nuisent au cerveau et empêchent à l'étudiant d'atteindre l'objectif auquel il aspire: une bonne discipline mentale. A moins que les jeunes ne soient versés dans la science qui consiste à prendre soin du corps comme de l'esprit, ils ne pourront pas étudier avec succès. L'étude en soi n'est pas la cause principale de la dégradation des facultés mentales. La cause majeure réside dans un mauvais régime alimentaire, des repas irréguliers, le manque d'exercice physique et la négligence de tous les autres aspects des lois sanitaires. Quand nous faisons de notre mieux pour préserver notre santé, nous pouvons demander à Dieu avec confiance de bénir nos efforts. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 299 (1913). {EMS2 394.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 394.2

Un avertissement de l'apôtre Pierre — L'apôtre comprenait la relation qui existe entre l'esprit et le corps; aussi a-t-il adressé cette mise en garde à ses frères: "Bien-aimés, je vous exhorte, en tant qu'étrangers et voyageurs, à vous abstenir des désirs charnels qui font la guerre à l'âme." 1 Pierre 2:11. Nombreux sont ceux qui voient seulement dans ce texte une mise en garde contre la débauche; mais ce verset a une portée plus large. Il dénonce tout assouvissement des appétits ou des passions. Or, tout appétit perverti devient un désir hostile. L'appétit a été donné dans un but louable, non pour devenir un générateur de mort; mais l'appétit perverti se

transforme en “désirs charnels qui font la guerre à l’âme”. — Christian Temperance and Bible Hygiene, 53, 54 (1890); Counsels on Diet and Foods, 166, 167. {EMS2 394.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 394.3

Conséquences d’un mauvais usage des forces 395**physiques** — L’usage inconsidéré des forces physiques abrège le temps de vie qui aurait pu être employé à la gloire de Dieu. De plus, il nous disqualifie pour l’œuvre qui nous a été confiée: par de mauvaises habitudes, par des veillées trop prolongées et la satisfaction de la gourmandise au détriment de la santé, nous jetons les bases de la maladie. La négligence de l’exercice corporel, le surmenage mental ou physique déséquilibrent le système nerveux. {EMS2 394.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 395.1

Ceux qui raccourcissent leur vie de cette manière et qui, méprisant les lois de la nature, se disqualifient pour le service de Dieu, se rendent coupables de vol envers lui et envers leurs semblables. Car la période pendant laquelle ils peuvent être en bénédiction à d’autres — leur raison d’être dans ce monde — est abrégée. Ils se disqualifient même pour la tâche qu’ils auraient pu accomplir en un temps plus court. Le Seigneur nous tient pour coupables quand, par de mauvaises habitudes, nous privons le monde du bien que nous aurions pu faire. — Les paraboles de Jésus, 301 (1900). {EMS2 395.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 395.2

L’oisiveté affaiblit le cerveau — La raison pour laquelle les jeunes disposent de si peu d’énergie mentale et musculaire vient de ce qu’ils accomplissent très peu de travail utile. “Voici quel était le crime de Sodome, ta sœur, et ses filles: elle et ses filles étaient devenues orgueilleuses parce qu’elles vivaient dans l’abondance et dans une tranquille insouciance. Elles n’ont pas secouru les pauvres et les malheureux. Elles sont devenues hautaines et se sont mises à commettre sous mes yeux des actes abominables.” Ezéchiel 16:49, 50 (Semeur). — Testimonies for the Church 4:96 (1876). {EMS2 395.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 395.3

Le travail manuel — Tout l’organisme a besoin de l’influence vivifiante de l’exercice en plein air. Quelques heures de travail manuel chaque jour auraient pour effet de renforcer la vigueur corporelle et de reposer, de détendre l’esprit. — Testimonies for the Church 4:264, 265 (1896). {EMS2 395.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 395.4

Les bienfaits du bain — Qu’une personne soit malade ou en 396bonne santé, la respiration est améliorée, facilitée par des bains; les muscles deviennent plus souples, l’esprit et le corps sont vivifiés, l’intelligence est rendue plus vive et toutes les facultés sont dynamisées. — Testimonies for the Church 3:70 (1872). {EMS2 395.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 396.1

Du repos vaut mieux que des stimulants — De mauvaises habitudes nuisent au cerveau, au point que tout l'organisme est perturbé. On peut essayer de redonner de la vigueur aux nerfs en prenant des stimulants, mais le problème ne sera pas résolu pour autant. {EMS2 396.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 396.2

S'il n'y a pas un changement radical, s'il ne prend pas conscience de la nécessité de donner à son cerveau du repos au lieu de stimulants, le sujet perdra la maîtrise de soi et déshonorera la cause de Dieu. — Lettre 205, 1904. {EMS2 396.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 396.3

Le devoir des parents — Nous devrions consacrer davantage de temps à d'humbles et ardentes prières adressées à Dieu, en vue d'obtenir la sagesse nécessaire pour élever nos enfants en les corrigeant et en les avertissant selon le Seigneur. La santé de l'esprit dépend de celle du corps. En tant que parents chrétiens, notre devoir est d'éduquer nos enfants conformément aux lois de la vie. {EMS2 396.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 396.4

En Christ, ils obtiendront force et espoir; ils ne seront pas troublés par le désir d'avoir certaines choses qui divertissent l'esprit et qui satisfont le cœur. Ils ont trouvé la Perle de grand prix, et leur esprit jouit d'une paix profonde. Leurs plaisirs sont d'un caractère pur, élevé et céleste. Ils n'ont ni pensées pénibles ni remords. De telles joies n'affaiblissent pas le corps et n'accablent pas l'esprit, mais elles procurent santé et vigueur à l'un et à l'autre... {EMS2 396.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 396.5

Les habitants du ciel sont parfaits, car la volonté de Dieu est leur joie et leur suprême délice. — Appeal to Mothers, 20-27. {EMS2 396.5}

397

Chapitre 41 — Rôle du régime alimentaire

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 397.1

L'importance du cerveau — Organe par excellence de l'esprit, le cerveau régit le corps tout entier. Pour que toutes les autres parties de l'organisme soient en bonne santé, le cerveau lui-même doit être en forme; pour cela, le sang doit être pur. Si, grâce à de bonnes habitudes en matière de manger et de boire, la pureté du sang est assurée, le cerveau sera nourri comme il convient. — Special Testimonies Series B 15:18 (13 avril 1900); Counsels on Health, 586, 587. {EMS2 397.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 397.2

Le corps, une merveilleuse machine — L'organisme humain est une admirable machine, mais que l'on peut maltraiter... La transformation de la nourriture en sang pur est un merveilleux processus dont tous les êtres humains devraient avoir conscience... {EMS2 397.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 397.3

Chaque organe du corps tire la nourriture dont il a besoin pour assurer le fonctionnement de ses différentes parties. Le cerveau et les os doivent recevoir chacun la part qui leur revient. Le grand Maître Artisan est constamment à l'œuvre, donnant vie et force à chaque muscle et à chaque tissu, depuis 398le cerveau jusqu'à l'extrémité des membres. — Lettre 17, 1895. {EMS2 397.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 398.1

Ne bravons pas les lois de la nature — Dieu a accordé une grande lumière à son peuple; mais nous ne sommes pas à l'abri de la tentation... Un malade — très sincère, mais fanatique et orgueilleux — avoue ouvertement son mépris pour les lois de la santé et de la vie, lois que la miséricorde divine nous a amenés à accepter en tant que peuple de Dieu. Il veut que ses aliments soient préparés de façon à satisfaire son appétit dépravé. Plutôt que de s'asseoir à une table pourvue d'une nourriture saine, il fréquente des restaurants où il pourra manger comme il l'entend. Avocat éloquent de la tempérance, il en néglige les principes fondamentaux. Il désire être guéri, mais ne veut consentir à aucun renoncement. {EMS2 398.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 398.2

Cet homme rend un culte à l'autel de la gourmandise. C'est un idolâtre. Ses facultés qui, sanctifiées et ennoblies, pourraient être employées à honorer Dieu sont affaiblies et de peu d'utilité. Un caractère irritable, un cerveau confus et des nerfs affaiblis, voilà quelques-uns des résultats de son mépris des lois naturelles. C'est un incapable auquel on ne peut se fier. — Témoignages pour l'Église 2:60, 61 (1882). {EMS2 398.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 398.3

Influence de l'alimentation sur l'esprit — En rapport avec l'exhortation de Pierre selon laquelle nous devons joindre "à la tempérance la patience" (2 Pierre 1:6), j'ai signalé [dans une allocution] les bienfaits de la réforme sanitaire et les avantages qui consistent à faire usage de mélanges d'aliments simples et nourrissants. J'ai mis l'accent sur la relation étroite qui existe entre le manger et le boire d'une part et l'état de notre esprit et de notre humeur d'autre part. Nous ne saurions nous permettre de cultiver la mauvaise humeur à cause de nos mauvaises habitudes de vie. — The Review and Herald, 12 juillet 1906. {EMS2 398.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 398.4

Danger de céder à son appétit — Se laisser aller à son appétit, telle est la cause principale de débilité physique et mentale, telle est la raison de la faiblesse partout apparente. — Témoignages pour l'Église 1:478 (1875). {EMS2 398.4}

399

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 399.1

Alimentation et lucidité d'esprit — Les repas du sabbat ne devraient pas être plus abondants et plus variés que les autres jours. Qu'ils soient au contraire plus simples et que l'on prenne une quantité moindre de nourriture afin que l'esprit soit plus lucide et puisse mieux comprendre les choses spirituelles. Un excès de nourriture alourdit l'esprit. On peut alors entendre les plus belles paroles sans les apprécier. En mangeant plus que de raison le jour du sabbat, beaucoup ont inconsciemment déshonoré Dieu. — Témoignages pour l'Église 3:24 (1900). {EMS2 399.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 399.2

L'estomac, instrument de domination — C'est par l'appétit que Satan domine l'homme tout entier. Des milliers de personnes qui pourraient être en vie aujourd'hui sont descendues prématurément dans la tombe parce qu'elles ont sacrifié leurs forces à la convoitise, ruinant ainsi leurs facultés physiques, mentales et morales. — Christian Temperance and Bible Hygiene, 37 (1890); Conseils sur la Nutrition et les Aliments, 198. {EMS2 399.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 399.3

Rôle des organes digestifs — Les organes digestifs ont un rôle important à jouer dans le bien-être de la vie. Dieu nous a donné une intelligence, qui doit nous permettre de choisir notre nourriture. En tant qu'hommes et femmes doués de bon sens, ne voulons-nous pas chercher à discerner si les aliments que nous consommons sont compatibles entre eux, ou s'ils nous seront néfastes? Les gens qui souffrent d'acidité dans l'estomac montrent souvent de l'amertume dans leur disposition. Tout semble aller mal, et ils deviennent facilement grincheux et irritables. Si nous voulons jouir de la paix entre nous, nous devons nous appliquer plus que nous ne le faisons à apaiser notre estomac. — Manuscrit 41, 1908; Conseils sur la Nutrition et les Aliments, 133. {EMS2 399.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 399.4

Vigueur mentale et santé du corps (conseils destinés aux écrivains et aux prédicateurs) — Appliquez les principes de la réforme sanitaire et apprenez aux autres à le faire. La santé de l'esprit dépend dans une large mesure de celle du corps, et la santé du corps dépend de la manière dont l'organisme est traité. Mangez uniquement les aliments qui maintiendront votre estomac dans la meilleure condition possible. {EMS2 399.4}

400

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 400.1

Il vous faut apprendre plus complètement le style de vie qui consiste à prendre bien soin de vous-mêmes concernant le régime alimentaire. Organisez votre travail de façon que vous preniez vos repas à des heures régulières. C'est un point sur lequel vous devez être

particulièrement attentif. Souvenez-vous que pratiquer la vérité telle qu'elle est en Jésus exige beaucoup de maîtrise de soi. — Lettre 297, 1904. {EMS2 400.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 400.2

Heures irrégulières et négligence des lois de la santé — La plupart du temps, l'esprit se fatigue et tombe en dépression non pas tant à cause d'un travail assidu et d'une étude pénible que pour avoir pris de la nourriture impropre à des heures qui ne convenaient pas et parce qu'on a négligé les lois de la santé... Le fait de manger et de dormir à des heures irrégulières sape les énergies du cerveau. L'apôtre Paul déclare que celui qui veut atteindre un niveau élevé de piété doit être tempérant en toutes choses. Le manger, le boire et la manière de se vêtir ont une influence directe sur nos progrès spirituels. — The Youth's Instructor, 31 mai 1894. {EMS2 400.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 400.3

Surcharger l'estomac affaiblit l'esprit — Il faut aussi se garder de trop manger, même la nourriture la plus saine. La nature utilise juste ce qu'il lui faut pour chaque organe; ce qui est en trop encrasse l'organisme. On croit souvent que des étudiants tombent malades pour avoir trop travaillé, alors qu'en fait ils ont trop mangé. Si l'on accorde aux règles de santé une attention convenable, il n'y a guère à redouter le surmenage; bien souvent ce prétendu épuisement intellectuel provient d'une surcharge de l'estomac qui fatigue le corps et affaiblit l'esprit. — Education, 232 (1903). {EMS2 400.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 400.4

Conséquences de la gloutonnerie — Céder à son appétit est de la gloutonnerie. La grande variété d'aliments absorbés au cours d'un seul repas suffit à semer la confusion dans l'estomac et à engendrer la mauvaise humeur. C'est pourquoi Dieu demande à tout être humain de coopérer avec lui afin que nul ne dépasse ses propres limites en matière de nourriture ou en 401absorbant des aliments malsains. Assouvir ainsi son appétit fortifie les propensions animales et émousse les sentiments nobles de l'esprit. L'être tout entier est avili, et l'homme devient l'esclave de son appétit, en choyant ses passions sensuelles et en leur laissant libre cours. — Manuscrit 113, 1898. {EMS2 400.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 401.1

Perte de mémoire — A table, vous vous montrez très gourmand. C'est une des causes de votre inattention et de votre perte de mémoire. Vous affirmez certaines choses dont je me souviens, puis vous faites volte-face pour soutenir que vous avez dit des choses entièrement différentes. Je le savais, mais j'ai mis tout cela sur le compte des inconséquences de votre alimentation. A quoi eût-il servi d'en parler? Cela n'aurait pas mis fin au mal. — Lettre 17, 1895; Conseils sur la Nutrition et les Aliments, 164. {EMS2 401.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 401.2

Trop manger émousse les sentiments*

Voir *Conseils sur la nutrition et les aliments*, chap. "Suralimentation", p. 155-168.

— L'intempérance dans l'alimentation, même lorsqu'il s'agit d'aliments de bonne qualité, aura des répercussions sur l'organisme et affaiblira les émotions les plus subtiles et les plus saintes. Une stricte tempérance dans le manger et le boire est essentielle au maintien de la santé et au bon exercice de toutes les fonctions du corps. {EMS2 401.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 401.3

Des habitudes de stricte tempérance, alliées à l'exercice musculaire aussi bien qu'à l'exercice intellectuel, préserveront à la fois les forces mentales et physiques et donneront une puissance d'endurance à ceux qui sont dans le ministère, aux rédacteurs et à tous les sédentaires. Nous qui prétendons prêcher la réforme sanitaire, nous mangeons trop. Se laisser aller à son appétit, voilà la plus grande cause de débilité physique et mentale, voilà ce qui est à la base de la faiblesse partout apparente. — Témoignages pour l'Église 1:478 (1875). {EMS2 401.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 401.4

Ne pas consommer une grande variété d'aliments — Nous devons prendre soin des organes digestifs, et ne pas leur 402imposer une grande variété d'aliments. Celui qui se bourre de plusieurs sortes d'aliments au même repas se fait du tort à lui-même. Il est plus important que nous consommions ce qui nous convient plutôt que de goûter à tous les plats qui peuvent nous être présentés. L'estomac ne possède pas de porte par laquelle nous puissions voir ce qui s'y passe; c'est pourquoi nous devons nous servir de notre intelligence et faire la relation de cause à effet. Lorsque vous êtes énervé et que tout paraît aller de travers, c'est peut-être que vous souffrez des conséquences d'avoir consommé une grande variété d'aliments. — Manuscrit 41, 1908; Conseils sur la Nutrition et les Aliments, 132, 133. {EMS2 401.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 402.1

Le plan de Dieu pour nous — Dieu veut que, grâce à une stricte tempérance, nous gardions l'esprit lucide, afin que nous soyons capables de distinguer entre ce qui est sacré et ce qui est profane. Nous devrions nous efforcer de comprendre la science merveilleuse de la miséricorde et de la bonté incomparables de Dieu. Ceux qui mangent trop et ceux qui absorbent de la nourriture malsaine se font du tort à eux-mêmes et se disqualifient pour le service de Dieu. Il est dangereux de manger de la viande, car les animaux souffrent de nombreuses maladies mortelles. Ceux qui persistent à vouloir manger de la chair animale sacrifient leur spiritualité à un appétit perverti. Leur corps est plein de maladies. — Manuscrit 66, 1901. {EMS2 402.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 402.2

Les risques accrus d'une nourriture carnée — Les risques de maladies sont augmentés dix fois par l'usage de la viande. Cette habitude diminue les forces physiques, intellectuelles et morales. Elle introduit le déséquilibre dans l'organisme, obscurcit l'esprit et émousse le sens moral. — Témoignages pour l'Église 1:220 (1900). {EMS2 402.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 402.3

Nourriture et activité intellectuelle — Nous sommes faits de ce que nous mangeons, et le fait de manger beaucoup de viande réduit l'activité intellectuelle. Les étudiants accompliraient davantage de travail s'ils ne prenaient jamais de viande. Lorsque le côté animal de l'être humain est fortifié en 403mangeant de la viande, les facultés intellectuelles sont diminuées d'autant. {EMS2 402.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 403.1

On atteint et on maintient plus facilement la vie spirituelle si l'on renonce à la viande, car cette alimentation incite à une activité intense, favorise les propensions à la sensualité, et affaiblit le sens moral et spirituel. "Car la chair a des désirs contraires à l'Esprit, et l'Esprit en a de contraires à la chair." Galates 5:17. {EMS2 403.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 403.2

Nous avons grandement besoin de favoriser et de cultiver des pensées pures et chastes, et de fortifier les facultés morales plutôt que les passions basses et charnelles. Puisse Dieu nous aider à nous détourner de nos appétits effrénés! — Lettre 72, 1896; Medical Ministry, 277, 278. {EMS2 403.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 403.3

La nourriture fournie par Dieu à son peuple dans le désert — En général, le Seigneur n'accorda pas un régime carné à son peuple dans le désert, parce qu'il savait qu'un tel régime amènerait la maladie et créerait un état d'insubordination. En vue d'améliorer les dispositions mentales et de permettre aux plus hautes facultés spirituelles de s'exercer, il écarta le régime carné, et lui donna le pain des anges, la manne du ciel. — Manuscrit 38, 1898; Conseils sur la Nutrition et les Aliments, 448. {EMS2 403.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 403.4

La viande de porc — Ce n'est pas la santé physique seulement qui est atteinte par l'usage du porc. L'esprit est affecté, et la finesse de la sensibilité est émoussée par la consommation de cette nourriture grossière. — Healthful Living, 58 (1865); Conseils sur la Nutrition et les Aliments, 470. {EMS2 403.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 403.5

Les intempérants disqualifiés — Le sucre n'est pas bon pour l'estomac; il produit de la fermentation, ce qui obscurcit le cerveau et engendre la mauvaise humeur. Il a été prouvé que deux repas valent mieux que trois pour la santé de l'organisme*

Voir *Conseils sur la nutrition et les aliments*, "Régularité dans les repas", p. 205-212.

. {EMS2 403.5}

404

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 404.1

Il est regrettable que souvent, lorsqu'il faudrait faire preuve d'un grand renoncement à soi-même, l'estomac est encombré d'une masse de nourriture malsaine qui reste là et se décompose. Ce qui affecte l'estomac affecte aussi le cerveau. Celui qui mange inconsidérément ne se rend pas compte qu'il se disqualifie par là même pour donner de sages conseils, et faire des plans en vue du suprême avancement de l'œuvre de Dieu. Mais c'est ainsi. Il ne peut discerner les choses spirituelles, et dans les comités, lorsqu'il devrait dire Oui et Amen, il dit Non. Il fait des suggestions tout à fait malvenues. La nourriture qu'il a absorbée a paralysé son cerveau. {EMS2 404.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 404.2

La satisfaction de ses appétits empêche l'homme de témoigner pour la vérité. La gratitude que nous témoignons à Dieu pour ses bénédictions est grandement affectée par la nourriture que nous introduisons dans l'estomac. La satisfaction de l'appétit est une cause de dissensions, de luttes, de discordes et de beaucoup d'autres maux. Des paroles de mauvaise humeur sont prononcées, des actions malveillantes sont accomplies, à quoi s'ajoutent des pratiques déloyales, et la passion se manifeste — tout cela parce que les nerfs du cerveau sont malades du fait d'un estomac surchargé. — Manuscrit 93, 1901. {EMS2 404.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 404.3

Le café mis en cause — L'usage du café est une habitude malsaine. Le café excite l'esprit à une activité inaccoutumée, qui est aussitôt suivie d'épuisement, de prostration, d'une sorte de paralysie des facultés mentales, morales et physiques. L'esprit s'énerve, et si l'on ne rompt pas résolument avec cette habitude, l'activité du cerveau en sera atténuée d'une façon permanente. — Christian Temperance and Bible Hygiene, 34 (1890); Conseils sur la Nutrition et les Aliments, 506. {EMS2 404.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 404.4

Santé du corps et vie spirituelle — La santé du corps doit être considérée comme essentielle à la croissance dans la grâce et à la formation d'un caractère normal. Si l'estomac ne reçoit pas les soins nécessaires, la formation du caractère en sera entravée. Le cerveau et les nerfs sont en étroite relation avec l'estomac. Des erreurs dans le manger et le boire en 405entraînent d'autres dans la pensée et dans les actions. — Témoignages pour l'Église 3:428 (1909). {EMS2 404.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 405.1

Incapables d'apprécier les bienfaits de Dieu — Lorsque nous persistons dans des habitudes qui diminuent nos forces mentales et physiques — en matière de manger, de boire, ou dans d'autres domaines — nous déshonorons Dieu, car nous le privons du service qu'il nous demande. Quand nous donnons libre cours à notre appétit au détriment de notre santé ou quand nous nous laissons aller à des habitudes qui affectent notre vitalité et notre vigueur mentale, nous sommes incapables d'apprécier comme il se doit l'expiation et les valeurs éternelles. De plus, quand nos esprits sont obscurcis et en partie paralysés par la maladie, nous sommes facilement vaincus par les tentations de Satan. — Lettre 27, 1872. {EMS2 405.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 405.2

Ne tombons pas d'un excès dans un autre — Il n'est pas possible de préciser au gramme près la quantité de nourriture qui devrait être ingérée. Ce ne serait pas raisonnable: quiconque le voudrait verserait dans l'égocentrisme. Finalement, le manger et le boire deviendraient une idée fixe. Ceux qui ne font pas un dieu de leur estomac s'efforceront de maîtriser leur appétit. Ils mangeront des aliments simples et nourrissants... Ils mangeront lentement et mastiqueront suffisamment. Après les repas, ils feront de l'exercice en plein air. En la matière, point n'est besoin de se préoccuper pour mesurer les choses de façon précise. {EMS2 405.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 405.3

Nombreux sont ceux qui se sont grandement inquiétés de la quantité et de la qualité de nourriture la mieux appropriée pour nourrir leur organisme. Certains, notamment les dyspeptiques, se sont tellement préoccupé de leur menu quotidien qu'ils n'ont pas pris suffisamment de nourriture pour satisfaire les besoins de leur corps. Ils ont ainsi causé beaucoup de tort à leur organisme, et ont proprement gâché leur vie présente. — Lettre 142, 1900. {EMS2 405.3}

406

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 406.1

Le régime alimentaire ne doit pas devenir une obsession — D'aucuns vivent sans cesse dans l'appréhension que leurs aliments, quelque simples et sains qu'ils soient, ne leur fassent mal. Je leur dirai: N'ayez pas cette crainte; détournez vos pensées de ce sujet. Mangez selon les directives de votre meilleur jugement. Après avoir demandé à Dieu de bénir votre nourriture, croyez qu'il a entendu votre prière, et soyez en paix. — Le ministère de la guérison, 270 (1905). {EMS2 406.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 406.2

Tempérance et patience — Il y a bien des raisons pour lesquelles il y a tant de femmes nerveuses, se plaignant de dyspeptie et des maux qui s'ensuivent. L'effet a suivi la cause. Une personne intempérante ne peut se montrer patiente. Il faut d'abord réformer ses habitudes, apprendre à vivre d'une manière hygiénique, après quoi il ne sera pas difficile d'être patient. {EMS2 406.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 406.3

Bien des personnes ne comprennent pas le rapport qu'il y a entre l'esprit et le corps. Si l'organisme est troublé en raison d'une nourriture impropre, le cerveau et les nerfs sont affectés au point que les moindres contrariétés ne peuvent être supportées. De petites difficultés deviennent de vraies montagnes. De telles personnes ne sont pas qualifiées pour élever convenablement leurs enfants. Elles vont d'un extrême à l'autre, tantôt indulgentes à l'excès, tantôt trop sévères, blâmant des actes insignifiants. — Healthful Living, 41 (1865); Messages choisis 2:496. {EMS2 406.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 406.4

Dyspeptie et irritabilité — Un estomac dyspeptique engendre inévitablement de l'irritabilité... Il vous faut maintenir votre corps en bride si vous voulez en faire un temple où réside l'Esprit Saint... Mangez sobrement, même s'il s'agit d'une nourriture saine. Faites de l'exercice avec modération, et vous en serez payé de retour. — Lettre 27, 1872. {EMS2 406.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 406.5

Une nourriture malsaine engourdit la conscience — Notre peuple a reculé en matière de réforme sanitaire. Satan se rend compte qu'il ne peut avoir une grande emprise sur les esprits lorsque l'appétit est maîtrisé au lieu d'être livré à ses désirs, et l'adversaire est constamment à l'œuvre pour inciter les 407humains à donner libre cours à leurs penchants. Sous l'influence d'une nourriture malsaine, la conscience est paralysée, l'esprit est obscurci et sa sensibilité est affaiblie... {EMS2 406.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 407.1

Notre peuple prendra-t-il conscience du péché que constitue un appétit perverti? Renoncera-t-il à tous les plaisirs coupables, et acceptera-t-il que l'argent ainsi économisé soit consacré à la diffusion de la vérité? — Manuscrit 5, 1875. {EMS2 407.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 407.2

Une définition de la tempérance — Les principes de la tempérance ne s'appliquent pas seulement à l'usage des boissons fermentées. Ils vont bien plus loin. Une nourriture stimulante et indigeste fait souvent à la santé un tort aussi considérable que ces boissons, et communique dans bien des cas les germes de l'intempérance. La vraie tempérance consiste à s'abstenir de tout ce qui est nuisible à la santé et à user avec modération de ce qui lui est favorable. Peu de personnes se rendent bien compte des rapports intimes qui existent entre leur régime alimentaire et leur santé, leur caractère, leur utilité dans ce monde et leur destinée éternelle. Le corps étant le serviteur de l'esprit et non le contraire, nos penchants doivent rester sous la domination de nos facultés intellectuelles et morales. — Patriarches et prophètes, 549 (1890). {EMS2 407.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 407.3

Eviter les extrêmes — Ceux qui ont vraiment compris les lois de la santé et qui se laissent diriger par les bons principes évitent les extrêmes: complaisance et restriction. Ils choisissent leurs aliments non seulement pour satisfaire leur appétit mais pour fortifier leur corps. Ils cherchent à maintenir toutes leurs énergies dans le meilleur état possible pour les mettre au service de Dieu et de leurs semblables. Leur appétit est contrôlé par la raison et la conscience, et il en résulte la santé du corps et de l'esprit. Et s'ils ne font pas une grande propagande, leur exemple n'en rend pas moins témoignage en faveur de leurs principes. Ils exercent autour d'eux une heureuse influence. — Le ministère de la guérison, 269 (1905). {EMS2 407.3}

408

Chapitre 42 — L'esprit et la santé physique

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 408.1

C'est l'esprit qui régit l'homme — L'esprit régit l'homme tout entier. Qu'elles soient bonnes ou mauvaises, toutes nos actions puisent leur source dans l'esprit. C'est l'esprit qui adore Dieu et nous met en relation avec les choses d'en haut... Tous les organes physiques sont au service de l'esprit, et les nerfs sont les messagers qui transmettent leurs ordres à toutes les parties du corps, guidant les mouvements de la machine vivante... {EMS2 408.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 408.2

L'action harmonieuse de toutes les parties du corps — cerveau, muscles et os — est nécessaire au développement complet et sain de tout l'organisme humain. — Special Testimonies on Education, 33 (1897); Fundamentals of Christian Education, 426. {EMS2 408.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 408.3

Une puissance électrique — La puissance électrique du cerveau, stimulé par l'activité mentale, vivifie le corps entier et apporte ainsi une aide inestimable dans le combat contre la maladie. — Education, 223 (1903). {EMS2 408.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 408.4

Influence de l'esprit sur le corps — Peu nombreux sont ceux 409qui se rendent compte du pouvoir de l'esprit sur le corps. Une grande partie des maladies qui affligent l'humanité proviennent de l'esprit et ne peuvent être guéries qu'en redonnant la santé à l'esprit. Un plus grand nombre encore qu'on ne l'imagine sont des malades mentaux. De nombreux dyspeptiques le sont parce que leur cœur est malade, car les troubles mentaux exercent une influence paralysante sur les organes digestifs. — Testimonies for the Church 3:184 (1872). {EMS2 408.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 409.1

Victimes d'une imagination morbide — L'esprit doit être maîtrisé, car il exerce une grande influence sur la santé. Souvent, l'imagination égare, et quand on s'y laisse aller, elle donne lieu à des formes sévères de maladie... {EMS2 409.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 409.2

L'hiver est la saison que ce genre de malades ont le plus à redouter. Oui, l'hiver, non seulement à l'extérieur, mais aussi à l'intérieur, pour ceux qui sont obligés de vivre dans la même maison et de dormir dans la même chambre. Ces victimes d'une imagination maladive restent chez elles et ferment leurs fenêtres parce que l'air affecte leurs poumons et leur cerveau. L'imagination de ces personnes-là est fertile: elles craignent d'attrapper froid, et effectivement, elles s'enrhument.

On a beau les raisonner, elles sont incapables de comprendre leur vrai problème, et, diront-elles, elles ont prouvé qu'elles avaient raison. {EMS2 409.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 409.3

Il est vrai qu'ils ont prouvé en partie qu'ils avaient raison — en persistant dans leur manière d'agir — , car ils prennent froid au moindre courant d'air. Fragiles comme des bébés, ils ne supportent rien; et malgré cela, ils survivent; ils continuent à fermer portes et fenêtres, à se chauffer auprès du feu, et à se complaire dans leur malheur. {EMS2 409.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 409.4

Ils ont sûrement démontré que leur manière de vivre ne leur a pas réussi, mais qu'elle n'a fait qu'accroître leurs difficultés. Dans ces conditions, pourquoi ne permettent-ils pas à leur raison d'éclairer leur jugement et de maîtriser leur imagination? Pourquoi n'essaient-ils pas de changer leur mode de vie, et de s'aérer grâce à des exercices en plein air, ce qui serait tout à fait judicieux? — Testimonies for the Church 2:523-525 (1870). {EMS2 409.4}

410

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 410.1

Quand l'esprit gêne la circulation du sang (message adressé à une personne craintive) — Si vous vous mettez dans l'esprit qu'un bain va vous faire du mal, cette impression mentale se transmet à tous les nerfs de l'organisme. Les nerfs contrôlent en effet la circulation du sang; ainsi, sous l'influence de l'esprit, le sang se concentre dans les vaisseaux, et les bienfaits du bain sont réduits à néant. Tout cela parce que l'esprit et la volonté empêchent le sang de circuler librement et de venir à la surface du corps, de stimuler, de favoriser la circulation. {EMS2 410.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 410.2

Par exemple, vous avez l'impression que si vous prenez un bain, vous allez prendre froid. Le cerveau transmet cette impression au système nerveux de l'organisme, et les vaisseaux, qui obéissent à votre volonté, ne peuvent remplir leur rôle et produisent une réaction après le bain. — Testimonies for the Church 3:69, 70 (1872). {EMS2 410.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 410.3

Mise en garde adressée à une femme indolente — Votre imagination est malade. Vous vous êtes crue malade, mais c'était plus imaginaire que réel. Vous vous êtes menti à vous-même... Vous aviez l'apparence d'une personne sans énergie. Vous étiez à demi-inclinée sur les autres, ce qui n'est pas une attitude convenable en présence des gens. Si vous y aviez réfléchi, vous auriez marché et vous vous seriez assise aussi droite que beaucoup d'autres personnes. {EMS2 410.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 410.4

Votre état d'esprit vous incite à l'indolence et vous fait craindre l'exercice, alors que l'exercice serait justement pour vous le meilleur moyen de vous guérir. Vous ne guérirez jamais si vous ne renoncez pas à cette indolence, à cet esprit rêveur, et si vous ne sortez pas de votre torpeur pour *faire quelque chose*, pour agir pendant que le jour se prolonge. Agissez, réfléchissez et faites des plans. Détournez votre esprit de vos idées romanesques. Vous mêlez à votre religion un sentimentalisme romantique et malsain qui avilit, au lieu d'élever. Et vous n'êtes pas seule à en être affectée; vous nuisez à d'autres par votre exemple et votre influence. — Testimonies for the Church 2:248, 249 (1869). {EMS2 410.4}

411

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 411.1

La santé sacrifiée par les sentiments (message destiné à une femme volontaire) — Chère _____, votre imagination est malade, et vous déshonorez Dieu en permettant à vos sentiments de dominer complètement votre raison et votre jugement. Vous avez une volonté tenace, au point que votre esprit réagit sur votre organisme, troublant la circulation du sang et entraînant la congestion de certains organes; ainsi, vous sacrifiez votre santé à vos sentiments. — Testimonies for the Church 5:310 (1873). {EMS2 411.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 411.2

Le pouvoir maléfique de la langue — Sœur_____ fut tellement accablée par le chagrin qu'elle en a perdu la raison. Qui donc, au jour du jugement, sera tenu responsable d'avoir éteint la lumière de cet esprit qui devrait briller encore aujourd'hui? Qui devra rendre compte au jour de Dieu des actes qui ont causé cette maladie engendrée par la détresse? Elle a souffert pendant des mois, et son mari a souffert avec elle. Maintenant, la pauvre femme est morte, laissant deux orphelins. Et tout cela est l'œuvre de langues non sanctifiées. — Manuscrit 54, 1904. {EMS2 411.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 411.3

Les fruits du surmenage — Certains frères ont investi des capitaux dans des brevets ou des entreprises, et ils ont entraîné d'autres personnes qui ne sont pas capables de supporter les inquiétudes et les soucis de telles affaires. Leurs esprits surmenés réagissent sur leurs corps déjà malades si bien qu'ils cèdent au découragement et vont jusqu'au désespoir. Ils perdent toute confiance en eux-mêmes, pensent que Dieu les a abandonnés et n'osent plus croire qu'il leur fera désormais miséricorde. — Témoignages pour l'Église 1:115 (1862). {EMS2 411.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 411.4

Activité mentale et santé — Dieu veut que ceux qu'il a désignés comme ses serviteurs soient de bons prédicateurs; pour cela, ils doivent être des étudiants assidus... Des habitudes studieuses et des liens solides avec le ciel les qualifieront pour remplir leur office de ministres de l'Evangile du Christ. L'activité mentale produira la santé, ce qui vaut bien mieux qu'un esprit indolent, désordonné et inculte. C'est ainsi qu'en 412prenant de l'âge, de nombreux

prédicateurs n’ont plus guère de valeur... S’ils avaient cultivé leur esprit, ils auraient porté du fruit dans la vieillesse. — Lettre 33, 1886. {EMS2 411.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 412.1

Maintenir un équilibre — L’esprit des intellectuels travaille trop. Ils utilisent souvent leurs énergies mentales à l’excès tandis que d’autres ont pour suprême objectif le travail physique. Ces derniers ne cultivent pas leur esprit. Tandis que leurs muscles se développent, leurs cerveaux sont privés d’énergie mentale, de même que l’esprit des intellectuels est cultivé, mais que leurs corps sont privés de vigueur et de force pour avoir négligé d’exercer leurs muscles... {EMS2 412.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 412.2

Leur influence pour le bien est réduite, comparée à ce qu’elle pourrait être s’ils utilisaient leur cerveau aussi bien que leurs muscles. Ils sont plus vulnérables face à la maladie. La force électrique du cerveau vivifie l’organisme et lui permet de résister à la maladie. — Testimonies for the Church 3:157 (1872). {EMS2 412.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 412.3

Le mécontentement, source de maladie — Ce qui engendre la maladie du corps et de l’esprit chez presque tous, c’est le fait de cultiver le mécontentement et de se plaindre. Ils sont sans Dieu et sans l’espérance qui, telle une ancre de l’âme, sûre et solide, pénètre au-delà du voile. Hébreux 6:19. Tous ceux qui possèdent cette espérance se purifient comme lui-même est pur. Ceux-là sont affranchis des regrets, du mécontentement, des contrariétés; ils ne pensent pas continuellement à mal, et ne ressassent pas des malheurs imaginaires. Nous en voyons beaucoup qui ont des difficultés avant l’heure; tous les aspects de leur vie sont empreints d’anxiété; ils semblent n’éprouver aucune consolation, mais ont en permanence une attitude angoissée à l’idée de quelque mal terrible. — Testimonies for the Church 1:566 (1867). {EMS2 412.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 412.4

L’inquiétude est nuisible à la santé (message adressé à une femme anxieuse) — Le Seigneur vous aime et prend soin de vous; et s’il est vrai que votre mari n’est pas toujours avec vous, vous avez d’excellentes relations là où se trouve votre 413maison. Ne cultivez pas une attitude inquiète, car cela nuit à votre santé. Vous devez comprendre que personne ne peut créer votre état d’esprit, si ce n’est vous-même. {EMS2 412.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 413.1

Vous êtes trop portée à considérer le côté attristant des choses, c’est là une faiblesse de votre caractère. Cela porte préjudice à votre expérience de la vie et assombrit celle de votre mari. {EMS2 413.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 413.2

Vous broyez trop souvent du noir. Tout ce que vous pouvez faire pour détourner votre esprit de votre moi, dans quelque domaine que ce soit, faites-le. Vous devez apprécier comme il se doit le don suprême que Jésus Christ a fait à notre monde, et vous pouvez vous attendre à ce qu'une abondance de paix, de réconfort et d'amour soit manifestée pour assurer à votre esprit une parfaite sérénité. Tout croyant doit se revêtir de la justice du Christ, et cette justice parle mieux que le sang d'Abel. Hébreux 12:24. — Lettre 294, 1906. {EMS2 413.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 413.3

Incapacité de raisonner sainement — Un étudiant peut consacrer toutes ses énergies à acquérir des connaissances; s'il ne connaît pas Dieu et s'il n'obéit pas aux lois qui gouvernent son être, il se détruira. Les mauvaises habitudes lui enlèveront la faculté de juger et de se dominer. Il sera incapable de raisonner sur les questions qui le touchent de près. Il deviendra insouciant et déraisonnable dans la manière dont il traite son corps et son esprit. En négligeant de cultiver les bons principes, il se détruit pour ce monde et le monde à venir. — Le ministère de la guérison, 386 (1905). {EMS2 413.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 413.4

Danger de l'égocentrisme — L'un des plus sûrs moyens d'entraver la guérison d'un malade, c'est qu'il concentre ses pensées sur lui-même. Beaucoup d'invalides croient que chacun leur doit secours et sympathie, alors que ce dont ils ont besoin c'est de détourner leur attention d'eux-mêmes et de penser aux autres. — Le ministère de la guérison, 219, 220 (1905). {EMS2 413.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 413.5

Détourner l'esprit du moi — L'exercice facilite le travail de la digestion. Marcher après un repas, tenir la tête droite, rejeter 414les épaules en arrière, et faire de l'exercice modérément vous fait beaucoup de bien. L'esprit est ainsi détourné de soi par les beautés de la nature. Moins l'attention est concentrée sur l'estomac après un repas, mieux cela vaut. Si vous craignez constamment que la nourriture vous fasse du mal, c'est à coup sûr ce qui arrivera. Oubliez votre moi, et pensez à quelque chose de réconfortant. — Testimonies for the Church 2:530 (1870). {EMS2 413.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 414.1

Faire du bien met en jeu des forces positives — La satisfaction éprouvée lorsqu'on fait du bien stimule l'esprit et se répercute dans l'organisme tout entier. Tandis que le visage des hommes bienveillants rayonne de bonne humeur et exprime l'élévation morale de leur esprit, celui des hommes égoïstes et mesquins est abattu, déprimé et sombre. Leurs déficiences morales se lisent sur leur visage. — Testimonies for the Church 2:534 (1870). {EMS2 414.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 414.2

Une bénédiction particulière — Lorsque des hommes qui ont donné libre cours à de mauvaises habitudes et à des pratiques coupables se soumettent au pouvoir de la vérité divine,

l'effet produit par cette vérité sur le cœur ranime les facultés morales qui semblaient paralysées. Le bénéficiaire possède alors une intelligence plus forte et plus claire qu'avant qu'il ne fixe son âme sur le Rocher éternel. Son énergie physique elle-même augmente grâce au sentiment de sécurité dont il jouit en Christ. La bénédiction divine particulière dont il est l'objet est en elle-même santé et force. — Christian Temperance and Bible Hygiene, 13 (1890); Counsels on Health, 28. {EMS2 414.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 414.3

Besoin de sérénité (conseil adressé à un responsable surmené) — Il ne m'appartient pas de préciser le genre de travail que vous avez à faire; mais vous devriez travailler autant que possible dans un endroit où l'équilibre de votre esprit pourra être sauvegardé, où vous serez tranquille et en paix, où l'on ne vous consultera pas sur quantité de questions. Il n'est pas bon pour vous d'être responsable de beaucoup de choses. Votre esprit ne doit pas être surchargé; cela vous ferait beaucoup de mal. Quand vous avez trop de soucis, le sang 415afflue dans votre cerveau et vos sentiments s'intensifient au point que votre santé est en péril. {EMS2 414.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 415.1

Soyez, dans toute la mesure du possible, là où vous aurez très peu de raisons de vous préoccuper du travail des autres... Si vous deviez vous charger de soucis concernant des questions importantes, la préoccupation qui résulterait de la gestion d'une foule de problèmes ne serait ni pour votre bien ni pour les meilleurs intérêts de la cause de Dieu. {EMS2 415.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 415.2

Ceux qui veulent vous charger d'une multiplicité de devoirs qui exigeraient d'être gérés avec soin commettent une erreur. Votre esprit a besoin de tranquillité. Vous devez faire un travail qui ne risque pas de troubler votre esprit. Vous devez garder votre conscience dans la crainte de Dieu, en harmonie avec les principes de la Bible, et faire des progrès évidents, afin que vous ne soyez pas incapable d'accomplir l'œuvre que Dieu vous a assignée. — Lettre 92, 1903. {EMS2 415.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 415.3

Un esprit calme favorise la santé — Le sentiment de bien faire est le meilleur remède pour des corps et des esprits malades. La bénédiction spéciale de Dieu pour ceux qui en sont l'objet est la santé et la force. Une personne dont l'esprit est calme et serein en Dieu est sur le chemin de la santé. Savoir que les yeux du Seigneur sont sur nous et que ses oreilles sont attentives à nos prières est assurément une satisfaction. Savoir que nous avons un ami dont la fidélité ne se dément jamais et auquel nous pouvons confier tous les secrets de notre âme est un privilège que les mots ne sauraient exprimer. — Testimonies for the Church 1:502 (1867). {EMS2 415.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 415.4

Des éléments vitaux — Pour jouir d'une santé parfaite, nos cœurs doivent être remplis d'espoir, d'amour et de joie. — Special Testimonies Series A 15:18 (3 avril 1900); Counsels on Health, 587. {EMS2 415.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 415.5

Celui en qui réside la réponse suprême — Nombreux sont ceux qui souffrent de maladies de l'âme plus que de celles du corps, et ils ne trouveront pas de soulagement jusqu'à ce qu'ils viennent à Jésus Christ, la source de vie. Alors ils ne se 416plaindront plus de lassitude, de solitude et de contrariétés. Des joies renouvelées donneront de la vigueur à leur esprit, ainsi que la santé et l'énergie vitale à leur corps. — Testimonies for the Church 4:579 (1881). {EMS2 415.5}

417

Chapitre 43 — L'esprit et la santé spirituelle

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 417.1

Les fruits de la vie spirituelle — La vie spirituelle fournit à quiconque la possède ce que tout le monde recherche mais qu'on ne saurait obtenir à moins de s'abandonner entièrement à Dieu. — Lettre 121, 1904. {EMS2 417.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 417.2

Multiples bienfaits de la communion avec Dieu — C'est dans la connaissance de Dieu que prennent leur source toute véritable science et toute formation authentique. Dans quelque domaine que ce soit, physique, mental, spirituel; où que nous portions nos regards, en dehors du fléau du péché, cette évidence s'impose. Quelle que soit notre ligne de recherche, si nous souhaitons sincèrement parvenir à la vérité, nous sommes mis en contact avec l'intelligence invisible et toute-puissante qui est à l'œuvre partout. L'esprit de l'homme est en communion avec l'esprit de Dieu, le fini avec l'infini. L'effet de cette communion sur le corps, l'esprit et l'âme dépasse tout ce qu'on peut concevoir. — Education, 16 (1903). {EMS2 417.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 417.3

L'amour pour Dieu essentiel à la santé — Dieu est par 418excellence celui qui assure la sauvegarde de l'organisme humain. En ce qui concerne le soin de nos corps, nous devons coopérer avec lui. L'amour pour Dieu est essentiel à la vie et à la santé. — Special Testimonies Series A 15:18 (3 avril 1900); Counsels on Health, 587. {EMS2 417.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 418.1

Santé du corps et vie spirituelle — Dieu voudrait être reconnu comme l'Auteur de notre être; on ne saurait donc plaisanter avec la vie qu'il nous a donnée. L'insouciance en matière d'habitudes corporelles traduit une insouciance sur le plan moral. La santé du corps doit être

regardée comme vitale pour la croissance en grâce, et pour avoir un tempérament équilibré. — Manuscrit 113, 1898. {EMS2 418.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 418.2

Effets bénéfiques des bonnes actions — Les bonnes actions sont un double bienfait, car elles profitent à la fois à celui qui les fait et à celui qui en est l'objet. Le sentiment du devoir accompli est l'un des meilleurs remèdes pour les corps et les esprits malades. La satisfaction, la joie d'avoir fait son devoir et apporté un peu de bonheur aux autres, communique une vigueur nouvelle à l'être tout entier. — Le ministère de la guérison, 221 (1905). {EMS2 418.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 418.3

Piété et santé — Ceux qui marchent sur le chemin de la sagesse et de la sainteté se rendent compte que "la piété est utile à tout, elle a la promesse de la vie présente et de la vie à venir". 1 Timothée 4:8. Ils jouissent pleinement des vrais plaisirs de la vie et ne sont obsédés ni par des regrets stériles sur le temps perdu, ni par de sombres pressentiments comme c'est le cas des mondains lorsqu'ils ne sont pas distraits par des plaisirs excitants. Loin d'être en contradiction avec les lois de la santé, la piété est en harmonie avec elles. La crainte du Seigneur est le fondement de toute vraie prospérité. — Christian Temperance and Bible Hygiene, 14 (1890); Counsels on Health, 29. {EMS2 418.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 418.4

Une lutte constante — Quiconque désire devenir participant de la nature divine doit se rendre compte qu'il lui faut fuir la corruption qui existe dans le monde par la convoitise. Un combat permanent contre les imaginations nuisibles est 419nécessaire. Il faut résister fermement à la tentation en pensée et en acte. L'âme doit être gardée de toute souillure par la foi en Celui qui peut nous préserver de toute chute. {EMS2 418.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 419.1

Nous devons méditer les Ecritures, en réfléchissant avec sérieux et sincérité aux choses qui concernent notre salut éternel. La miséricorde et l'amour infinis de Jésus, le sacrifice qu'il a consenti pour nous demandent de notre part une réflexion tout à fait sérieuse et solennelle. Nous devrions méditer sur le caractère de notre cher Sauveur et Intercesseur, et chercher à comprendre la signification du plan du salut. Nous devrions réfléchir sur la mission de Celui qui est venu sauver son peuple de ses péchés. En méditant constamment sur les thèmes célestes, notre foi et notre amour grandiront. — The Review and Herald, 12 juin 1888. {EMS2 419.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 419.2

La santé est un tout — Tout ce qui nuit à la santé affaiblit non seulement la vigueur physique, mais aussi les énergies mentales et morales. — Le ministère de la guérison, 103 (1905). {EMS2 419.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 419.3

Etant donné que l’esprit et l’âme s’expriment au moyen du corps, l’énergie mentale et l’énergie spirituelle dépendent dans une grande mesure de la robustesse et de l’activité de ce corps; tout ce qui favorise la santé physique favorise également le développement d’un esprit solide et d’un caractère équilibré. — Education, 221 (1903). {EMS2 419.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 419.4

Rôle primordial du corps — Le corps est le moyen essentiel par lequel l’esprit et l’âme se développent pour l’édification du caractère. C’est pourquoi l’ennemi de nos âmes dirige ses tentations vers l’affaiblissement et l’avilissement des forces physiques. S’il parvient à atteindre ce but, alors c’est souvent la reddition de l’être tout entier au mal. Les dispositions de la nature, non contrôlées par une puissance supérieure, amènent l’homme à la déchéance et à la mort. Le corps doit être soumis à cette puissance supérieure, et ses passions contrôlées par la volonté, soumise elle-même au Seigneur. Le pouvoir suprême de la raison, sanctifiée par la grâce divine, aura la prépondérance dans la vie. {EMS2 419.4}

420

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 420.1

Les forces intellectuelles, la vigueur physique, comme la durée de la vie, dépendent de lois immuables. En obéissant à ces lois, l’homme arrive à se dominer, à maîtriser ses propres inclinations, ainsi que les principautés et les puissances “de ce monde de ténèbres”, et “des esprits méchants dans les lieux célestes”. Ephésiens 6:12. — Prophètes et rois, 372, 373 (1917). {EMS2 420.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 420.2

L’énergie vitale de l’esprit — Le Seigneur voudrait que nos esprits soient clairs et lucides, capables de comprendre ses paroles qui nous incitent à le servir, à faire sa volonté en se reposant sur sa grâce et à accomplir son œuvre avec une conscience droite et un esprit reconnaissant. Une telle joie favorise la circulation du sang. Le cerveau communique à l’esprit une énergie vitale; c’est pourquoi le cerveau ne doit jamais être obscurci par l’usage des narcotiques ni excité par l’usage de stimulants. Il faut faire en sorte que le cerveau, les os et les muscles agissent en harmonie pour qu’ils puissent fonctionner comme des machines bien réglées, chaque partie agissant en accord avec les autres, sans qu’aucune ne soit surchargée. — Lettre 100, 1898. {EMS2 420.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 420.3

Dyspepsie et vie spirituelle — Les principes de la réforme sanitaire doivent être mis en œuvre dans la vie de tout chrétien. Les hommes et les femmes qui négligent ces principes ne peuvent pas avoir une communion vivante et sans tache avec Dieu, car un estomac dyspeptique ou un foie paresseux ont pour conséquence une vie spirituelle confuse. {EMS2 420.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 420.4

Manger la chair d'animaux morts a un effet néfaste sur la vie spirituelle. Quand on fait de la viande l'élément principal de la nourriture, les facultés supérieures sont asservies aux passions inférieures. Cela constitue une offense envers Dieu et entraîne un déclin de la vie spirituelle. — Lettre 69, 1896. {EMS2 420.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 420.5

La meilleure thérapie — Le sentiment de faire le bien est le meilleur remède pour des corps et des esprits malades. La bénédiction de Dieu pour celui qui en est l'objet est la santé et la force. Une personne dont l'esprit est serein et satisfait en 421Dieu est sur le chemin de la santé... {EMS2 420.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 421.1

Certains croient qu'obliger l'esprit à s'appesantir sur des sujets joyeux afin de refléter la lumière au lieu de l'obscurité et la tristesse ne fait pas partie des devoirs religieux. Ces gens-là seront enclins à rechercher leur propre plaisir par des conversations frivoles, à rire et à plaisanter, l'esprit continuellement excité par des amusements, ou bien ils seront déprimés à cause de grandes épreuves et de luttes intérieures que, pensent-ils, bien peu ont connues ou sont capables de comprendre. De telles personnes ont beau faire profession de christianisme, elles se trompent elles-mêmes. — The Health Reformer, mars 1872. {EMS2 421.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 421.2

Œuvrer pour l'âme comme pour le corps — Nos employés médicaux doivent faire tout ce qui est en leur pouvoir de manière à soigner les maladies du corps, mais aussi celles de l'esprit. Ils doivent veiller, prier et agir, afin de procurer des bienfaits spirituels aussi bien que physiques à ceux auprès desquels ils travaillent. Le médecin de l'un de nos sanatoriums qui est un vrai serviteur de Dieu a une œuvre du plus haut intérêt à accomplir en faveur des êtres souffrants avec lesquels il est en contact. Il ne doit manquer aucune occasion d'orienter les âmes vers Jésus Christ, le grand Médecin du corps et de l'esprit. Tout médecin devrait être un ouvrier habile au service du Christ. Son intérêt pour les choses spirituelles ne doit pas faiblir; sinon, la capacité de fixer son esprit sur la grand Médecin sera restreinte. — Lettre 223, 1905. {EMS2 421.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 421.3

Connaître le pouvoir de la grâce divine — Le médecin a besoin d'une sagesse plus qu'humaine afin de savoir comment se comporter dans de nombreux cas difficiles de maladies de l'esprit et du cœur qu'il est appelé à traiter. S'il ignore la puissance de la grâce divine, il ne peut venir en aide aux malades; au contraire, il aggravera leurs maux. Mais s'il est fermement attaché à Dieu, il sera capable d'aider les esprits malades et troublés; il pourra attirer ses patients au Christ et leur apprendre à se décharger sur lui de tous leurs soucis et de 422Toutes leurs angoisses. — Témoignages pour l'Église 2:171, 172 (1885). {EMS2 421.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 422.1

Jésus, la Lumière du monde — Le médecin ne doit jamais encourager ses patients à fixer leur attention sur lui. Il doit leur enseigner à saisir, avec la main tremblante de la foi, celle que leur tend le Sauveur. Ainsi, leur esprit sera inondé des rayons que diffuse la Lumière du monde. — Lettre 120, 1901. {EMS2 422.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 422.2

L'action bienfaisante de la vérité — Lorsque la vérité pure est comprise, mise en pratique et maintenue dans toute sa force, son pouvoir apaisant est d'une valeur indicible pour ceux qui souffrent de maladie. Gardez toujours devant leurs yeux la compassion et la douceur du Christ, et inculquez à leur conscience la foi dans son pouvoir de soulager les souffrances; encouragez-les à placer leur confiance en Lui, le grand Médecin, et vous aurez gagné une âme — souvent même sauvé une vie. — Lettre 69, 1898; Medical Ministry, 234, 235. {EMS2 422.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 422.3

Religion et santé (paroles adressées aux patients du sanatorium qui assistaient aux services religieux) — Jésus Christ est notre grand Médecin. Des hommes et des femmes viennent nombreux à cet établissement médical [le sanatorium de St Helena] dans l'espoir de bénéficier d'un traitement qui prolongera leur vie. Cela a exigé bien des efforts de leur part. {EMS2 422.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 422.4

Pourquoi tous ceux qui viennent au sanatorium pour être aidés sur le plan physique ne viennent-ils pas au Christ pour obtenir une aide spirituelle? Mon frère, ma sœur, pourquoi n'entretenez-vous pas l'espoir que si vous acceptez Jésus Christ, il ajoutera sa bénédiction aux moyens qui sont mis en œuvre pour le rétablissement de votre santé? Pourquoi ne pas croire qu'il coopérera avec vos efforts en vue de votre guérison puisque tel est son désir? Il souhaite que vous ayez un esprit lucide pour que vous puissiez apprécier les réalités éternelles; il désire que vous ayez des énergies et des muscles en bonne santé, afin que vous puissiez glorifier son nom en employant vos forces à son service. — Manuscrit 80, 1903. {EMS2 422.4}

423

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 423.1

Message destiné à une personne mélancolique — Vous vous devez de lutter contre votre anxiété et vos sentiments de mélancolie, au même titre que vous devez prier. Vous devez contrecarrer les entreprises de l'ennemi afin de tenir les rênes de votre langue et de vos pensées. S'il est des circonstances de votre vie où vous avez besoin d'un surcroît de grâce, c'est lorsque vos organes digestifs sensibles et enflammés sont mis à contribution, que vous êtes préoccupé et fatigué. {EMS2 423.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 423.2

Cela peut vous surprendre, mais être constamment en colère au point que vous irritez les autres par vos critiques et vos réflexions pessimistes est une forme de blasphème. Ces accès d'indigestion sont éprouvants, mais soyez bien décidé à ne pas jurer contre ceux qui sont vos meilleurs amis ni contre ceux qui sont vos ennemis. — Lettre 11, 1897. {EMS2 423.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 423.3

La dynamique de l'approbation divine — L'assurance que Dieu nous approuve favorise la santé physique. Elle fortifie l'âme contre le doute, l'inquiétude et la tristesse excessive qui si souvent sapent les forces vitales et engendrent des maladies nerveuses particulièrement débilitantes et affligeantes. Le Seigneur a engagé sa parole qui ne se dément jamais en promettant que ses yeux sont sur les justes et que ses oreilles sont attentives à leurs prières. — Life Sketches of Ellen G. White, 270, 271 (1915). {EMS2 423.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 423.4

Relation entre péché et maladie — Il y a une étroite relation entre le péché et la maladie. Aucun médecin n'exercera pendant un mois sans le constater. Il peut ignorer le fait et son esprit être occupé à tel point par d'autres sujets que son attention en sera détournée, mais s'il veut être un observateur consciencieux, il ne peut pas ne pas reconnaître que le péché et la maladie ont des relations étroites de cause à effet. Le médecin devrait le voir immédiatement et agir en conséquence. {EMS2 423.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 423.5

Quand il a gagné la confiance de son malade en le soulageant dans ses souffrances et en le ramenant du bord de la tombe, il peut lui apprendre que la maladie est le résultat du péché, et que c'est l'ennemi déchu, Satan, qui cherche à le 424pousser à des pratiques qui détruisent à la fois la santé et l'âme. Il peut lui inculquer la volonté du renoncement à soi-même et de l'obéissance aux lois de la vie et de la santé. Il peut en particulier enseigner de bons principes aux jeunes. {EMS2 423.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 424.1

Dieu aime ses créatures d'un amour fort et compatissant. Il a établi les lois de la nature, mais elles ne sont pas d'une exigence arbitraire. Chaque "Tu ne feras pas..." des lois physiques et morales implique ou renferme une promesse. En y obéissant on s'attire la bénédiction divine, sinon, c'est le malheur qui en résulte. Les lois divines ont pour but d'amener les enfants de Dieu à vivre plus près de leur Père céleste qui veut les sauver du péché et les conduire dans la voie du bien si toutefois ils y consentent, car il n'entend exercer sur eux aucune pression. Nous ne pouvons pas discerner les plans de Dieu, mais nous devons avoir confiance en lui et montrer notre foi par nos œuvres... — Témoignages pour l'Église 2:172 (1885). {EMS2 424.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 424.2

L'unique espoir des humains — Lorsque nous acceptons l'Evangile dans sa pureté et dans toute sa puissance, nous avons alors le remède à nos maladies issues du péché. Pour nous, le

Soleil de justice se lève avec “la guérison sous ses ailes”. Malachie 4:2. Tout ce que peut nous offrir le monde ne saurait guérir notre cœur meurtri, communiquer la paix à notre âme, dissiper nos soucis ou vaincre la maladie. La célébrité, le génie, le talent, tout cela est incapable de réjouir un cœur qui souffre ou de rétablir une santé chancelante. Le seul espoir qui reste à l’homme, c’est de vivre la vie qui est en Dieu. — Le ministère de la guérison, 90 (1905). {EMS2 424.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 424.3

Une source de bonheur inestimable — L’idée défendue par plusieurs selon laquelle la spiritualité nuirait à la santé est une tromperie de Satan. La religion de la Bible n’est préjudiciable ni à la santé du corps ni à celle de l’esprit. L’influence de l’Esprit de Dieu est le meilleur remède contre la maladie. Le ciel déborde de santé; plus les influences célestes sont mises en œuvre, plus on peut être assuré de la guérison d’un malade croyant. Les vrais principes du christianisme mettent à la 425disposition de tous une source de bonheur inestimable. La religion est une source à jamais inépuisable où le chrétien peut s’abreuver à volonté. — Christian Temperance and Bible Hygiene, 13 (1890); Counsels on Health, 28. {EMS2 424.3}

426

427

Section 10 — L’Hygiène mentale

Chapitre 44 — Les lois qui régissent l'esprit

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 429.1

Créé avec un esprit parfaitement équilibré — Au commencement, le Seigneur fit l'homme droit. Il fut créé avec un esprit parfaitement équilibré, avec des organes dont la dimension et la force étaient pleinement développées. Adam était un type d'homme parfait. Chaque faculté de son esprit était bien proportionnée, chacune avait sa fonction propre, et cependant, chacune d'elles dépendait des autres de manière que toutes puissent remplir pleinement et convenablement leur rôle. — Testimonies for the Church 3:72 (1872). {EMS2 429.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 429.2

Vers l'épanouissement de l'esprit — Lui [Dieu] qui créa l'esprit et en établit les lois peut en assurer un développement harmonieux. — Education, 47 (1903). {EMS2 429.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 429.3

Les grandes lois de Dieu — Le monde de la nature est régi par de grandes lois; le domaine spirituel est régi par des principes tout aussi précis. Si l'on veut obtenir les résultats souhaités, il faut employer les moyens voulus. Dieu a assigné à chaque homme sa tâche selon sa capacité. Par l'éducation 430et par la mise en pratique, les humains se qualifient pour faire face à toutes les circonstances qui peuvent se présenter; il est nécessaire de faire des plans judicieux pour que chacun soit placé dans la sphère qui lui convient et pour qu'il acquière une expérience qui le préparera en vue d'assumer des responsabilités. — Testimonies for the Church 9:221, 222 (1909). {EMS2 429.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 430.1

La violation des lois de la nature est un péché — Violer constamment les lois de la nature équivaut à une transgression permanente de la loi de Dieu. La somme actuelle de souffrances et d'angoisses que nous constatons partout, la difformité, la décrépitude, la maladie et la débilité dont le monde est plein font de lui, en comparaison de ce qu'il pourrait être et de ce que Dieu voulait qu'il soit, une léproserie; assurément, cette génération est faible sur le plan des capacités mentales, morales et physiques. Toute cette misère a été transmise d'une génération à l'autre parce que l'homme déchu transgresse la loi divine. Des péchés extrêmement graves sont commis parce qu'on laisse libre cours à un appétit perverti. — Testimonies for the Church 4:30 (1876). {EMS2 430.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 430.2

Comment l'ordre de l'univers est rompu — Le pouvoir qui agit dans la nature agit aussi chez l'homme. Ces grandes lois qui régissent l'étoile et l'atome gouvernent aussi la vie de l'homme. Ces lois qui règlent les battements du cœur assurant au corps la vie proviennent de la toute-puissante intelligence qui dirige l'âme. C'est de Dieu qu'émane toute vie. C'est de lui seul que

procède tout acte authentique. Pour chacune de ses créatures, les conditions sont les mêmes: une vie qui vient de Dieu, une vie en accord avec la volonté divine. Transgresser ces lois, physiques, intellectuelles, morales, c'est rompre avec l'ordre de l'univers, c'est introduire la discorde, l'anarchie, la ruine. — Education, 111, 112 (1903). {EMS2 430.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 430.3

Pas de causes sans effets — Les lois de la nature établies par Dieu veulent que l'effet suive invariablement la cause. Lorsqu'on récolte, cela prouve qu'on a semé. Les prétentions sont 431inutiles sur ce sujet. Les hommes peuvent tromper leurs semblables, recevoir des louanges et des récompenses pour des services qu'ils n'ont pas rendus; mais dans la nature, il ne peut avoir de duperie. La récolte mauvaise condamne l'infidélité du cultivateur. Et dans le sens le plus élevé, il en est de même dans le domaine spirituel. Le mal ne triomphe qu'en apparence et non en réalité. L'enfant qui fait l'école buissonnière, le jeune homme qui néglige ses études, l'employé ou l'apprenti qui n'agit pas selon les intérêts de son patron, l'homme qui, quel que soit son commerce ou sa profession, ne s'acquitte pas fidèlement de ses responsabilités, peut se flatter qu'aussi longtemps que ses torts sont cachés, il en reçoit de véritables avantages. Mais il n'en est pas ainsi, il se leurre; la moisson de la vie, c'est le caractère. Or, c'est ce dernier qui détermine la destinée, tant pour cette vie que pour la vie à venir. — Education, 105. {EMS2 430.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 431.1

Le danger des illusions — Il est effrayant de constater à quel point on peut se faire illusion sur son propre compte! — Témoignages pour l'Église 1:548 (1876). {EMS2 431.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 431.2

Le discernement — L'esprit humain est doué de facultés qui lui permettent de discerner entre le bien et le mal. Dieu désire que les hommes ne prennent pas de décisions impulsives, mais qu'ils pèsent les preuves obtenues par une comparaison attentive des Ecritures avec les Ecritures. Si les Juifs, mettant de côté leurs préjugés, avaient comparé la prophétie écrite avec les faits qui caractérisaient la vie de Jésus, ils auraient vu une magnifique harmonie entre les prophéties et leur accomplissement dans la vie et le ministère de l'humble Galiléen. — Jésus Christ, 453 (1898). {EMS2 431.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 431.3

Lutter contre la négligence et le laisser-aller — Nous devons vaincre à tout prix nos habitudes de négligence. Certaines personnes croient s'excuser des erreurs les plus graves en les mettant sur le compte de l'oubli. Mais ne sont-elles pas douées de facultés intellectuelles aussi bien que les autres? Il 432leur faut cultiver leur mémoire. L'oubli et le laisser-aller sont des péchés. Si vous faites preuve d'indolence, vous risquez de négliger votre propre salut et de vous apercevoir finalement que vous n'êtes pas prêt pour le royaume des cieux. — Les paraboles de Jésus, 312 (1900). {EMS2 431.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 432.1

Faculté d'adaptation — Une loi de l'esprit veut qu'il se rétrécisse ou qu'il s'élargisse à la dimension des sujets qui lui sont familiers. Si les facultés mentales ne sont pas utilisées avec énergie et persévérance à la recherche de la vérité, elles finiront par s'étioler et par perdre leur capacité de saisir la signification profonde de la Parole de Dieu. — The Review and Herald, 17 juillet 1888; Fundamentals of Christian Education, 127. {EMS2 432.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 432.2

L'esprit s'adapte aux choses qu'il contemple — C'est une loi de notre esprit qu'il se conforme aux objets auxquels il s'arrête habituellement. S'il ne s'occupe que de choses frivoles et vulgaires, il se ravale et se rapetisse. S'il ne s'applique jamais à l'étude des problèmes difficiles, il se rétrécit et finit par perdre la faculté de se développer. {EMS2 432.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 432.3

Or, comme moyen d'éducation, la Bible est sans rivale. On y trouve matière aux pensées les plus profondes et aux plus hautes aspirations... Elle renferme les récits historiques les plus instructifs qui soient. Sortie de la source de la vérité éternelle, elle a été, par une main divine, conservée pure à travers tous les siècles... {EMS2 432.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 432.4

C'est là que sont résolus les grands problèmes du devoir et de la destinée. Le voile qui sépare le monde visible du monde invisible y est soulevé pour nous permettre de contempler les péripéties de la lutte millénaire qui se livre entre les deux forces opposées qui s'affronteront jusqu'au triomphe final de la justice et de la vérité. Or, tout ce vaste tableau n'étant qu'une révélation du caractère de Dieu, sa contemplation respectueuse nous met en contact avec l'Esprit infini, et a pour effet non seulement d'ennoblir et de purifier notre être moral, mais de développer et de fortifier nos facultés mentales. — Patriarches et prophètes, 635, 636. {EMS2 432.4}

433

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 433.1

Transformés par la contemplation — Une loi de notre nature intellectuelle et spirituelle veut que nous soyons changés par ce que nous contemplons. L'esprit s'adapte graduellement à l'objet qu'il admire. Il finit par ressembler à ce qu'il aime et révère. L'homme n'ira jamais plus haut que son idéal de pureté, de bonté et de vérité. Si le moi est le seul idéal qu'il se propose, jamais il ne s'élèvera plus haut. Il descendra plutôt, et descendra très bas. Seule la grâce de Dieu a le pouvoir d'ennoblir l'homme. Abandonné à lui-même, il s'avilit inévitablement. — La tragédie des siècles, 603 (1888). {EMS2 433.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 433.2

Etre conséquent avec soi-même — Le manque de fermeté et de détermination fait beaucoup de tort. J'ai connu des parents qui disaient: Tu ne peux obtenir ceci ou cela, puis qui se ravisaient en pensant qu'ils avaient été trop sévères, et qui finissaient par donner à l'enfant ce que tout d'abord ils lui avaient refusé. Ils lui font un tort qui se fera sentir pendant toute une vie. Une loi importante de l'esprit — qui ne saurait être oubliée — veut que lorsqu'une chose désirée est refusée avec fermeté et sans espoir de retour, l'esprit cessera bientôt d'avoir envie de cette chose et se fixera sur d'autres choses. Mais aussi longtemps qu'il y a un espoir d'obtenir ce que l'on désire, on fera des efforts dans ce but. — The Signs of the Times, 9 février 1882; Child Guidance, 283, 284. {EMS2 433.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 433.3

C'est de l'abondance du cœur que la bouche parle — Une loi de Dieu veut que quiconque croit à la vérité telle qu'elle est en Jésus la fera connaître. Les idées et les convictions du croyant chercheront à s'exprimer. De même, quiconque cultive l'incrédulité et la critique, quiconque se croit capable de juger l'œuvre du Saint Esprit montrera par là de quel état d'esprit il est animé. Le propre de l'incrédulité, de l'infidélité et du refus de la grâce de Dieu, est de se manifester. Tout esprit qui est aminé par de tels principes s'efforce sans cesse de s'assurer une place et de se faire des adhérents. Tous ceux qui se rangent aux côtés d'un apostat seront pénétrés de son esprit; ils voudront faire partager aux autres leurs pensées, le 434résultat de leurs propres recherches et les sentiments qui ont motivé leur action. En effet, il n'est pas facile de réprimer les principes qui nous font agir. — Special Testimonies Series A 6:39 (6 juillet 1896); Testimonies to Ministers and Gospel Workers, 290, 291. {EMS2 433.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 434.1

Des bienfaits inexprimables — Une loi naturelle veut que les sentiments et les pensées se renforcent en les exprimant. Mais si les mots suivent les pensées, il est vrai aussi qu'ils les font naître. Si nous extériorisions mieux notre foi, si nous nous réjouissions davantage des bénédictions dont nous sommes les objets — la miséricorde et l'amour de Dieu — cette foi serait plus grande et notre joie plus intense. Aucune langue ne saurait exprimer, aucun esprit concevoir les bienfaits qui découlent de l'appréciation de la bonté et de l'amour de Dieu. Même ici-bas, notre joie peut ressembler à une source intarissable parce qu'elle est alimentée par les eaux vives qui s'échappent du trône de Dieu. — Le ministère de la guérison, 216, 217 (1905). {EMS2 434.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 434.2

La faculté de choisir — Dieu nous a donné la faculté de choisir. Il n'est pas en notre pouvoir de changer nos cœurs, ni de dominer nos pensées, nos impulsions et nos affections. Nous ne pouvons nous purifier et nous rendre dignes de servir Dieu, mais il nous est possible de prendre la décision de le servir et de lui soumettre notre volonté. Alors il produira en nous "le vouloir et le faire, selon son bon plaisir", et toute notre nature sera soumise au Christ. Philippiens 2:13. — Le ministère de la guérison, 148 (1905). {EMS2 434.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 434.3

Le tentateur ne peut jamais nous contraindre à faire le mal. Il ne peut dominer notre esprit que si nous cédons à son influence. Pour que Satan puisse exercer sa puissance sur nous, il faut que notre volonté y consente, et que notre foi cesse de s'attacher au Christ. Cependant tout désir coupable, entretenu par nous, lui fournit un point d'appui. Tout point, sur lequel nous ne réussissons pas à atteindre à l'idéal divin, lui ouvre une porte par laquelle il s'empressera d'entrer pour nous tenter et nous détruire. Et toutes nos chutes, toutes nos défaites lui fournissent l'occasion de jeter de l'opprobre sur 435le Christ. — Jésus Christ, 108 (1898). {EMS2 434.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 435.1

Le libre arbitre de l'homme — Il [Satan] sema la révolte au sein de l'humanité déchue en accusant Dieu d'injustice pour avoir permis à l'homme de violer ses commandements. "Pourquoi, demanda le rusé tentateur, Dieu, qui connaissait l'avenir, a-t-il soumis l'homme à une épreuve? Pourquoi l'a-t-il exposé au péché, à l'infortune et à la mort?"... {EMS2 435.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 435.2

Ils se comptent aujourd'hui par milliers ceux qui font écho à cette plainte déloyale. Ils ne voient pas que si Dieu les privait du droit de choisir entre le bien et le mal, il leur ôterait tout ce qui constitue la noblesse de l'homme et les réduirait, privés de volonté et dépouillés de tout libre arbitre, à l'état de simples automates. Ils ne se rendent pas compte que leur obéissance, comme celle des autres mondes, doit être mise à l'épreuve, d'autant plus que l'homme ne sera jamais obligé de céder au mal, ni placé devant une tentation irrésistible. Dieu avait offert des dispositions tellement généreuses que l'homme n'aurait jamais dû perdre le combat contre Satan. — Patriarches et prophètes, 305, 306 (1890). {EMS2 435.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 435.3

Le poids du présent sur l'avenir — Tout votre avenir sera influencé en bien ou en mal selon la voie que vous choisissez aujourd'hui. — Lettre 41, 1891. {EMS2 435.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 435.4

Principes à inculquer — Dieu n'a jamais voulu que l'esprit d'une personne fût sous le contrôle d'une autre personne. Ils encourent donc de terribles responsabilités, les maîtres qui aboutissent à une abdication de la personnalité de ceux qui leur sont confiés au point qu'ils en viennent à être eux-mêmes l'esprit, la volonté et la conscience de leurs élèves... Au contraire, les éducateurs qui se proposent de faire comprendre à leurs élèves qu'ils ont la possibilité de devenir des hommes et des femmes de principes, qualifiés pour occuper quelque position que ce soit dans la vie, ceux-là sont des maîtres utiles dont le succès sera durable. Leur œuvre peut ne pas sauter aux yeux d'un observateur superficiel, les résultats peuvent ne pas 436être estimés à l'égal de ceux des maîtres qui tiennent leurs élèves sous leur coupe; mais la vie entière de leurs

élèves montrera les fruits de leur méthode d'éducation. — Témoignages pour l'Église 1:361, 362 (1872). {EMS2 435.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 436.1

Un esprit non maîtrisé s'affaiblit — Les facultés mentales devraient être developpées au maximum; elles devraient être fortifiées et ennoblies par la méditation des vérités spirituelles. Si l'esprit se porte presque uniquement sur des futilités et sur les choses terre-à-terre de la vie de tous les jours, il deviendra, en vertu de ses propres lois invariables, faible, futile, déficient sur le plan des capacités spirituelles. — Testimonies for the Church 5:272 (1885). {EMS2 436.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 436.2

Les préjugés empêchent de discerner — Ceux qui permettent aux préjugés de s'opposer à la réception de la vérité ne peuvent bénéficier de la lumière divine. Pourtant, lorsqu'un point de vue biblique est présenté, nombreux sont ceux qui ne demandent pas: Est-ce vrai, est-ce en accord avec la parole de Dieu? mais plutôt: Qui donc défend ce point de vue? Et à moins que celui-ci ne provienne d'une source qu'ils apprécient, ils ne l'acceptent pas. Ils se complaisent tellement dans leurs propres opinions qu'ils ne sondent pas les Ecritures avec le désir d'apprendre, mais ils refusent de témoigner l'intérêt voulu — simplement à cause de leurs préjugés. — Gospel Workers, 125, 126 (1893); Testimonies to Ministers and Gospel Workers, 105, 106. {EMS2 436.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 436.3

Bonheur et accord avec la loi divine — La loi d'amour étant à la base du gouvernement de Dieu, le bonheur de toutes les créatures dépendait de leur parfait accord avec les grands principes de cette loi. Dieu demande de toutes ses créatures un service d'amour, un hommage qui découle d'une application intelligente de son caractère. Ne prenant aucun plaisir à une obéissance forcée, il accorde à chacun le privilège de la liberté morale permettant à tous de lui rendre un service volontaire. — La tragédie des siècles, 536 (1888). {EMS2 436.3}

437

Chapitre 45 — L'individualité

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 437.1

Le pouvoir de l'individualité — Tout être humain, créé à l'image de Dieu, possède une puissance semblable à celle du Créateur: le pouvoir personnel de penser et d'agir. Les hommes qui développent ce pouvoir sont des hommes prêts à assumer des responsabilités, des chefs de file, capables d'influencer les autres. — Education, 19, 20 (1903). {EMS2 437.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 437.2

Une personnalité distincte — L'Evangile s'intéresse aux individus. Chaque être humain a une âme à sauver. Chacun a une personnalité séparée, distincte de tous les autres. Chacun doit être convaincu pour lui-même et converti individuellement. Il doit accepter la vérité, se repentir, croire et obéir à titre personnel. Il doit exercer personnellement sa volonté. Nul ne peut le faire par procuration. Nul ne saurait noyer sa personnalité dans celle d'un autre. Chacun doit capituler devant Dieu par une décision personnelle et par le mystère de la piété. — Manuscrit 28, 1898. {EMS2 437.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 437.3

Unité dans la diversité — Il entre dans le dessein de Dieu 438qu'il y ait unité dans la diversité. Aucun homme ne saurait être le critère des autres hommes. Nos diverses responsabilités sont proportionnées à nos différentes capacités. D'après les instructions précises que j'ai reçues, Dieu donne aux humains divers degrés d'aptitude, puis il les place là où ils peuvent accomplir l'œuvre dont ils sont capables. Chaque ouvrier doit montrer à l'égard de ses collaborateurs le respect qu'il souhaiterait qu'on lui témoigne. — Lettre 111, 1903. {EMS2 437.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 438.1

La richesse de la diversité — Qu'avons-nous besoin d'un Matthieu, d'un Marc, d'un Luc, d'un Jean et de tous les autres écrivains sacrés qui ont apporté leur témoignage concernant la vie du Sauveur pendant son ministère terrestre? Un seul de ses disciples n'aurait-il pas pu écrire un compte rendu complet grâce auquel nous aurions un récit suivi de la vie et de l'œuvre du Christ? {EMS2 438.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 438.2

Les évangiles diffèrent les uns des autres; cependant, leurs récits se fondent et forment un tout harmonieux. Tel auteur introduit des éléments dont un autre ne parle pas. Si ces éléments sont importants, pourquoi tous les autres auteurs ne les mentionnent-ils pas? Parce que les esprits des hommes diffèrent les uns des autres et qu'ils ne comprennent pas les choses de la même manière. Certaines vérités impressionnent beaucoup plus les esprits d'une catégorie de personnes que ceux des autres; certains points apparaissent beaucoup plus importants aux yeux de certains qu'aux yeux des autres. Cela est vrai aussi de ceux qui prennent la parole en public. Certains d'entre eux insistent beaucoup sur certains aspects que d'autres mentionneront en passant, voire pas du tout. C'est pourquoi la vérité est mieux présentée par plusieurs personnes que par une seule. — Manuscrit 87, 1907. {EMS2 438.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 438.3

Sauvegarder la personnalité de chacun — Le Seigneur ne désire pas que notre personnalité soit étouffée; il n'est pas conforme à ses plans que deux personnes aient exactement les mêmes goûts et les mêmes dispositions. Tous ont des particularités qui leur sont propres, et celles-ci ne doivent pas être 439éliminées, mais elles doivent être éduquées, façonnées, modelées à la ressemblance du Christ. Le Seigneur se sert des dons et des capacités naturelles et les utilise à des fins profitables. Grâce au développement des facultés que Dieu donne, les talents et les

capacités s'améliorent si l'agent humain reconnaît que celles-ci sont un don qui vient de lui et qu'elles doivent être employées non à des fins égoïstes, ...mais pour sa gloire et pour le bien de nos semblables. — Lettre 20, 1894; Our High Calling, 90. {EMS2 438.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 439.1

La personnalité de l'enfant — Un enfant peut être dressé comme un animal au point de n'avoir aucune volonté propre parce que sa personnalité a été étouffée par celle de son maître... Dans toute la mesure du possible, chaque enfant devrait apprendre à avoir confiance en lui-même. En exerçant ses diverses facultés, il découvrira ses côtés forts et ses côtés faibles. Un maître avisé veillera à développer les côtés faibles de l'enfant, afin que celui-ci acquière un caractère harmonieux et bien équilibré. — The Review and Herald, 10 janvier 1882; Fundamentals of Christian Education, 57. {EMS2 439.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 439.2

Le mariage ne doit pas détruire la personnalité des époux — Ni le mari, ni la femme, ne doit chercher à exercer sur son conjoint une autorité arbitraire. N'essayez pas de vous obliger mutuellement à céder à vos désirs. Vous ne sauriez conserver ainsi un amour réciproque. Soyez bons, patients, indulgents, aimables et courtois. Avec l'aide de Dieu vous pourrez vous rendre heureux l'un l'autre, selon la promesse que vous vous êtes faite le jour de votre mariage. — Le ministère de la guérison, 306 (1905). {EMS2 439.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 439.3

Message adressé à de jeunes mariés — Dans votre union pour la vie, vos affections doivent être tributaires de votre bonheur mutuel. Il faut que chacun veille à celui de l'autre. Telle est la volonté de Dieu à votre égard. {EMS2 439.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 439.4

Mais bien que vous deviez vous confondre au point de ne former qu'une même personne, il ne faut pas que l'un ou l'autre perde son individualité. C'est Dieu qui possède votre 440individualité. C'est à lui que vous devez demander: "Qu'est-ce qui est bien? Qu'est-ce qui est mal? Comment puis-je le mieux atteindre le but de mon existence?" "Vous ne vous appartenez point à vous-mêmes, dit l'apôtre. Car vous avez été rachetés à un grand prix. Glorifiez donc Dieu dans votre corps et dans votre esprit, qui appartiennent à Dieu." 1 Corinthiens 6:19, 20. {EMS2 439.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 440.1

Votre amour envers un être humain doit passer après votre amour pour Dieu. Que la richesse de cet amour soit dirigée vers celui qui a donné sa vie pour vous. L'âme qui vit pour Dieu fait monter vers lui ses affections les meilleures et les plus élevées. La plus grande partie de votre amour va-t-elle à celui qui est mort pour vous? Si oui, votre amour l'un pour l'autre sera conforme à l'ordre du ciel. — Témoignages pour l'Église 3:109 (1902). {EMS2 440.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 440.2

Nous avons une personnalité qui nous est propre; aussi la personnalité de la femme ne doit jamais être étouffée par celle de son mari. — Manuscrit 12, 1895. {EMS2 440.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 440.3

Bienfaits de la consécration — La personnalité d'une vie consacrée au service de Dieu sera développée et embellie. Personne ne doit noyer sa personnalité dans celle d'un autre, mais, en tant qu'individus, nous devons tous être greffés sur le cep initial, et il doit y avoir unité dans la diversité. Le grand Maître d'œuvre n'a pas fait deux feuilles d'arbre qui soient identiques; de même, son pouvoir créateur n'a pas donné à tous les esprits la même ressemblance. Ils sont créés pour vivre aux siècles des siècles, et il doit y avoir totale unité entre eux, l'un se confondant avec l'autre; cependant, il n'en est pas deux qui soient fondus dans le même moule. — Manuscrit 116, 1898. {EMS2 440.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 440.4

Chacun son rôle — Les éléments du monde de la nature doivent être pris en considération, et les enseignements qui s'en dégagent être appliqués à la vie et à la croissance spirituelles. Ce n'est pas l'homme, mais Dieu qui a donné à chacun sa tâche. Il s'agit d'une œuvre individuelle qui consiste dans la formation d'un caractère à la ressemblance divine. Le lis 441ne saurait s'efforcer d'être comme la rose. Il y a différentes formes de fleurs et de fruits, mais toutes ces particularités viennent de Dieu. Ainsi, il entre dans le dessein du Très-Haut que les meilleurs des humains n'aient pas tous le même caractère. — Manuscrit 116, 1898. {EMS2 440.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 441.1

La nécessité du respect mutuel — Chacun d'entre nous a une œuvre à faire. Bien que nous appartenions à différentes nationalités, nous devons être un en Christ. Si nous permettons à nos particularités de caractère de nous diviser ici-bas, comment pouvons-nous espérer vivre ensemble au ciel? Nous devons cultiver l'amour et le respect mutuels. L'unité pour laquelle le Christ a prié doit régner parmi nous. Nous avons été rachetés à un grand prix, et nous devons glorifier Dieu dans nos corps et dans nos esprits. — Manuscrit 20, 1905. {EMS2 441.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 441.2

Efforts voués à l'échec — Celui qui cherche à copier le caractère de quelque autre homme que ce soit va au-devant d'un échec. Chacun doit regarder à Dieu pour lui-même, en développant fidèlement les talents qu'ils a reçus de lui. "Travaillez à *votre* salut avec crainte et tremblement... Car c'est Dieu qui opère en vous le vouloir et le faire selon son dessein bienveillant." Philippiens 2:12, 13. C'est en vous, mon frère, en *vous* — non pas en quelqu'un d'autre à votre place. *Vous* devez faire une expérience personnelle. Alors vous vous réjouirez en vous-même, non en quelqu'un d'autre. — Manuscrit 116, 1898. {EMS2 441.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 441.3

Chaque esprit possède une particularité qui lui est propre — Je suis attristée de voir combien des hommes que le Seigneur a utilisés et qu'il utilisera encore sont peu appréciés. Que Dieu nous garde de faire en sorte que l'esprit de chaque homme suive la voie empruntée par l'esprit d'un autre. Certes, l'esprit d'une personne peut être vanté par certains comme étant d'une qualité supérieure; mais tout esprit a ses faiblesses et sa force particulière, et l'esprit de l'un compensera les déficiences d'un autre. Mais si tous travaillent en conjuguant leurs efforts et s'ils sont encouragés à regarder non pas aux 442humains pour connaître leur devoir mais à Dieu, ils progresseront sous la conduite du Saint Esprit, et ils agiront en union avec leurs frères. Tel comblera les lacunes de tel autre. — Lettre 50, 1897. {EMS2 441.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 442.1

Travers à éviter — Le Seigneur a confié à chaque homme une responsabilité individuelle. "Travaillez à votre salut avec crainte et tremblement." L'homme n'a pas à travailler au salut d'un autre homme. Il ne doit pas devenir la copie de l'esprit de quiconque. Son devoir consiste à agir selon sa capacité et d'après les dons qu'il a reçus de Dieu. Aucun homme — quelle que soit son expérience et sa position — ne doit s'imaginer qu'il accomplit une œuvre magnifique lorsqu'il forme et façonne l'esprit d'un autre à l'image de son propre esprit et quand il lui dicte les sentiments qu'il doit exprimer. C'est pourtant ce qu'on a fait à maintes reprises au détriment des êtres humains. — Manuscrit 116, 1898. {EMS2 442.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 442.2

Ne pas être l'ombre des autres*

Voir vol. 1, Chapitre 29: "Dépendance et indépendance".

. — Oh! combien les ouvriers ont besoin de l'esprit de Jésus pour les changer et les modeler comme l'argile est façonnée entre les mains du potier! Quand ils seront animés de cet esprit, il n'y aura plus de discorde parmi eux, ils ne seront plus intransigeants au point d'exiger pour vouloir que tout soit fait à leur goût, selon leurs idées; il n'y aura plus de désaccord entre eux et leurs collaborateurs qui ne partagent pas leurs opinions. Le Seigneur ne veut pas que quelconque de ses enfants soit l'ombre des autres, mais il voudrait que chacun d'eux reste simplement lui-même, raffiné, sanctifié, ennobli par l'imitation de la vie et du caractère du souverain Modèle. L'état d'esprit étroit, refermé sur lui-même, borné, qui mesure toutes choses d'après son étalon, a été une malédiction pour la cause de Dieu et le restera aussi longtemps qu'il survivra. — The Review and Herald, 13 avril 1886. {EMS2 442.2}

443

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 443.1

Nul ne doit se laisser submerger par quelqu'un d'autre — Dieu permet à tout être humain d'exercer son individualité. Il ne désire pas que quiconque laisse submerger son esprit par l'esprit d'un de ses semblables parmi les mortels. Ceux qui souhaitent que leur esprit et leur caractère soient transformés ne doivent pas regarder aux humains, mais à l'Exemple divin.

“Ayez en vous la pensée même qui fut en Christ Jésus.” Philippiens 2:5 (Osty). Par la conversion et la transformation, les hommes doivent recevoir l’esprit du Christ. Chacun doit se présenter devant Dieu avec sa foi et son expérience individuelles, sachant personnellement que le Christ, l’espérance de la gloire, est formé en lui. Si nous voulions imiter l’exemple d’un homme — fût-ce une personne que nous considérerions comme ayant un caractère presque parfait — cela équivaudrait à placer notre confiance dans un être humain faillible, quelqu’un qui serait incapable de communiquer la moindre parcelle de perfection. — The Signs of the Times, 3 septembre 1902. {EMS2 443.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 443.2

Esprits énergiques — Il est bon que frère et sœur _____ ainsi que frère et sœur _____ aient des convictions. Chacun doit garder son individualité. Chacun doit préserver une individualité qui ne risque pas d’être étouffée par celle d’une autre personne. Nul être humain ne doit être l’ombre d’un autre être humain. Les serviteurs de Dieu doivent travailler ensemble dans une unité qui permette d’allier les mentalités. — Lettre 44, 1903. {EMS2 443.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 443.3

A chacun sa mesure — Aucun homme ne peut grandir à la pleine stature humaine pour un autre homme. Chacun doit atteindre pour lui-même la stature qui lui est propre. Chacun doit grandir sous la direction de Dieu. — Manuscrit 116, 1898. {EMS2 443.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 443.4

Une forme de solitude — D’un point de vue humain, la vie est pour chacun un chemin vierge, où nous marchons seuls, en ce qui concerne nos expériences les plus profondes. Aucun être humain ne peut pleinement partager notre vie intérieure. Alors que l’enfant s’engage dans ce voyage, au cours duquel 444il devra, tôt ou tard, choisir sa propre route, et décider de son éternité, il nous faut faire tous nos efforts pour l’aider à mettre sa confiance dans le vrai Guide. — Education, 287 (1903). {EMS2 443.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 444.1

Spécificité du caractère — Le caractère est quelque chose de strictement personnel. Chacun de nous a une œuvre à accomplir pour le présent et pour l’éternité. Dieu hait l’indifférence concernant la formation du caractère. — Lettre 223, 1903. {EMS2 444.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 444.2

Droits de l’homme — L’une des nobles applications de ces principes [ceux relatifs à la conscience de notre responsabilité individuelle] consiste à reconnaître les droits de l’homme envers lui-même, concernant le contrôle de son propre esprit, la gestion de ses talents, le droit de recevoir et de partager le fruit de son propre labeur. Nos institutions seront fortes et dynamiques uniquement si, dans toutes leurs relations humaines, elles respecteront ces principes et où elles tiendront compte des instructions de la Parole de Dieu. — Testimonies for the Church 7:180 (1902). {EMS2 444.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 444.3

La communion avec Jésus Christ, une nécessité vitale — Chaque âme a son individualité. Chaque âme doit vivre heure après heure en communion avec le Christ, car il déclare: “Sans moi, vous ne pouvez rien faire.” Jean 15:5. Ses principes doivent être nos principes, car ils constituent la vérité éternelle, proclamée dans un esprit de justice, de bonté, de miséricorde et d’amour. — Lettre 21, 1901. {EMS2 444.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 444.4

Préserver l’individualité de l’expérience chrétienne — Enseignez à chacun à se reposer de tout son poids sur le bras de la puissance infinie. Il y a, dans l’expérience chrétienne, une individualité à préserver chez chaque être humain, et nul ne saurait esquiver ses responsabilités. Chacun a son combat à mener, doit faire sa propre expérience chrétienne, indépendamment, jusqu’à un certain point, de toute autre personne; et Dieu a pour chacun des leçons à enseigner — leçons que nul autre ne peut apprendre à sa place. — Manuscrit 6, 1889. {EMS2 444.4}

445

Chapitre 46 — Les relations humaines*

Voir chapitre 30: “Relations sociales”.

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 445.1

La loi de l’interdépendance — Membres d’une même humanité, mailles d’un vaste filet, nous sommes tous liés les uns aux autres. Ce qui contribue au bonheur et au relèvement du prochain a sur nous une répercussion bienfaisante. La loi de l’interdépendance embrasse toutes les classes de la société. — Patriarches et prophètes, 522 (1890). {EMS2 445.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 445.2

Nous avons tous besoin les uns des autres — Dans le plan du Seigneur les êtres humains devraient se rendre utiles les uns aux autres. Si tous faisaient de leur mieux pour aider ceux qui ont besoin de leur soutien, de leur généreuse sympathie et de leur amour, quelle œuvre bénie pourrait être accomplie! Dieu a confié des talents à chacun, et ces talents doivent être employés pour que nous nous aidions mutuellement à marcher dans le chemin étroit. Dans cette œuvre, chacun est associé à l’autre, et nous sommes tous unis au Christ. C’est par le service désintéressé que nous améliorons et développons nos 446Talents. — Lettre 115, 1903; Our High Calling, 182. {EMS2 445.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 446.1

Un double bienfait — Nombreux sont ceux qui errent dans l’obscurité; ils sont désorientés et ne savent plus que faire. Que ceux qui sont ainsi embarrassés cherchent à entrer en contact avec d’autres qui sont, eux aussi, dans la perplexité, et qu’ils leur adressent des paroles d’espoir et

d’encouragement. Quand ils commenceront à faire cette œuvre, la lumière du ciel leur révélera le chemin qu’ils doivent suivre. Ils seront eux-mêmes réconfortés par les paroles de réconfort qu’ils ont adressées aux affligés. En aidant les autres, ils seront eux-mêmes aidés dans leurs difficultés. La joie succédera à l’inquiétude et à la tristesse. Le cœur, rempli de l’Esprit de Dieu, dégagera de la chaleur sur tous leurs semblables. Ceux-là ne sont plus dans l’obscurité, car leurs ténèbres seront “comme le midi”. Ésaïe 58:10. — Manuscrit 116, 1902; The S.D.A. Bible Commentary 4:1151. {EMS2 446.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 446.2

Impossible neutralité — Nous entretenons des rapports très significatifs les uns avec les autres. Notre influence s’exerce toujours soit en faveur du salut des âmes, soit à leur détriment. Celui qui ne rassemble pas avec le Christ disperse. Nous devrions marcher humblement et suivre de droits sentiers, afin de ne pas égarer les autres. {EMS2 446.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 446.3

Nous devrions cultiver la plus grande pureté en pensées, en paroles et en actes. Souvenons-nous que Dieu met nos péchés secrets à la lumière de sa face. Il existe des pensées et des sentiments suggérés et provoqués par Satan qui troublent même le meilleur des hommes; mais s’ils ne sont pas caressés, s’ils sont repoussés comme indésirables, l’âme ne sera pas entachée par la culpabilité, et personne d’autre ne sera souillé par leur influence. Oh! puissions-nous tous devenir une odeur de vie, donnant la vie à tous ceux qui nous entourent! — The Review and Herald, 27 mars 1888. {EMS2 446.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 446.4

Réagir en chrétien — Il se peut que, jusqu’au jour du jugement, vous ne puissiez jamais mesurer la portée d’une attitude bienveillante, indulgente envers des gens inconséquents, 447déraisonnables et indignes. Si, devant une attitude provocante et injuste de leur part, vous les traitez comme vous traiteriez un innocent, allant jusqu’à accomplir à leur égard des actes particuliers de bonté, vous agissez en chrétien; ils en sont surpris, honteux, et ils comprennent leurs actes et leur mesquinerie bien mieux que si vous aviez fait ressortir leur comportement irritant en les accusant. — Lettre 20, 1892; Medical Ministry, 209, 210. {EMS2 446.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 447.1

Une grosse pierre d’achoppement — Les précieuses qualités que beaucoup possèdent sont cachées, et au lieu d’attirer les âmes au Christ, ils les repoussent. Si ces gens pouvaient mesurer l’influence de leur attitude discourtoise et de leurs paroles agressives sur les incroyants et à quel point un tel comportement est offensant aux yeux de Dieu, ils changeraient leurs habitudes, car le manque de délicatesse est l’une des plus grosses pierres d’achoppement pour les pécheurs. Les chrétiens égoïstes, geignards et acerbes constituent des obstacles, si bien que les pécheurs n’éprouvent pas le désir de venir à Jésus Christ. — The Review and Herald, 1 septembre 1885; Our High Calling, 229. {EMS2 447.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 447.2

L'amabilité — Que le Christ se voie dans tout ce que vous faites. Que tous voient que vous êtes des lettres vivantes de Jésus Christ... Soyez aimable. Que votre vie soit de nature à gagner les cœurs de tous ceux qui entrent en contact avec vous. On fait trop peu de nos jours pour rendre la vérité attractive. — Manuscrit 6, 1889. {EMS2 447.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 447.3

Influence des paroles et des actes — Toute parole que vous prononcez, tout acte que vous accomplissez exerce une influence pour le bien ou pour le mal sur ceux avec lesquels vous êtes en relation. Oh! combien il est nécessaire que le Christ habite dans vos cœurs par la foi, que vos paroles soient des paroles de vie et que vos œuvres soient des œuvres d'amour! — The Review and Herald, 12 juin 1888. {EMS2 447.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 447.4

Responsables devant Dieu de l'influence exercée — Dieu 448Tient chacun de nous responsable de l'influence qu'exerce son âme, sur lui-même et sur les autres. Le Seigneur engage les jeunes gens et les jeunes filles à faire preuve d'une grande modération et à être consciencieux dans l'usage des facultés de l'esprit et du corps. Leurs capacités ne peuvent se développer que si elles sont utilisées de manière assidue et avec sagesse pour la gloire de Dieu et pour le bien de leurs semblables. — Lettre 145, 1897. {EMS2 447.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 448.1

Une atmosphère de foi — Il est de la plus haute importance que notre âme soit entourée d'une atmosphère de foi. Chaque jour, nous décidons de notre destinée éternelle d'après l'atmosphère où elle vit. Nous sommes personnellement responsables de l'influence que nous exerçons. Des conséquences que nous ne voyons pas résulteront de nos paroles et de nos actes. {EMS2 448.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 448.2

Puisque le Seigneur était disposé à sauver Sodome par égard pour dix justes, quelle ne serait pas l'influence bénéfique de la fidélité du peuple de Dieu, si tous ceux qui se réclament du nom du Christ étaient revêtus de sa justice! {EMS2 448.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 448.3

Si Dieu pouvait préciser le domicile et la profession de Simon le corroyeur et indiquer au centurion que sa maison était située "au bord de la mer" (Actes 10:6), il nous connaît nous aussi par notre nom, sait quelle est notre profession, où nous vivons et quel est notre vécu. Le Seigneur sait si nous débarrassons le chemin du Roi de toute impureté et de tout obstacle afin qu'il attire nos âmes toujours plus loin et toujours plus haut, ou si au contraire nous encombrons de saletés son chemin, bloquant notre propre sentier et plaçant des pierres d'achoppement sur celui des pécheurs, faisant ainsi obstacle au salut des âmes précieuses pour lesquelles le Christ est mort. — Manuscrit 66, 1895. {EMS2 448.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 448.4

Des gens aux dispositions variées — Le Seigneur veut que nous soyons sanctifiés. Nous aurons affaire à des gens aux dispositions variées, et nous devons savoir comment aborder les esprits humains. Nous devons demander au Christ de nous 449donner de prononcer des paroles qui seront une bénédiction. En cherchant à aider les autres, nous serons nous-mêmes bénis. — Manuscrit 41, 1908. {EMS2 448.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 449.1

Une œuvre particulièrement importante — Cette tâche [la réprimande] est la plus délicate, la plus difficile qui ait jamais été confiée à un être humain. Elle nécessite un tact, une sensibilité extrêmes, une connaissance profonde de l'être humain, une foi et une patience célestes, une volonté intense de travailler, de veiller, d'attendre. C'est une œuvre plus importante que toute autre. — Education, 324 (1903). {EMS2 449.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 449.2

Une œuvre délicate entre toutes — S'occuper des esprits humains est chose bien délicate. Si vous faites preuve de raideur, vous ne toucherez pas les cœurs; mais si vous vous approchez d'une âme affligée avec un cœur plein d'amour, vous la détournez du champ de bataille de l'ennemi, là où elle serait la proie des tentations de Satan. — Lettre 102, 1897. {EMS2 449.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 449.3

A chacun ses épreuves — Nous ne pouvons pas nous permettre d'être un obstacle pour les autres. Chacun a ses propres tentations et ses propres épreuves, et nous devons faire en sorte que nous puissions aider et réconforter ceux qui sont tentés. Nous devons encourager et, si possible, fortifier ceux qui sont faibles dans la foi. En rappelant les promesses de Dieu, nous pouvons parfois sauver du découragement les esprits de ceux qui sont éprouvés et en difficulté. — Manuscrit 41, 1908. {EMS2 449.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 449.4

Message adressé à une femme — J'ai reçu du Seigneur instruction pour vous dire: "Efforcez-vous d'entrer par la porte étroite car, je vous le dis, beaucoup chercheront à entrer et n'en seront pas capables." Luc 13:24. Le Sauveur vous demande de rester en contact étroit avec lui. Parlez comme il aurait parlé, et agissez comme il aurait agi. Ne permettez à personne de troubler votre esprit et vous inciter à parler de manière imprudente. Gardez votre âme pure et limpide et vos 450pensées nobles et sanctifiées. Ne louez pas et n'exaltez pas les gens à leur détriment, et ne vous hâtez pas de condamner ceux qui, à vos yeux, n'agissent pas comme ils le devraient. Que tous voient que vous aimez Jésus et que vous croyez en lui. Montrez à votre mari et à vos amis croyants ou non que vous désirez qu'ils comprennent la beauté de la vérité. Mais ne manifestez pas cette anxiété pénible, inquiétante, qui souvent nuit à une bonne œuvre. — Lettre 145, 1900. {EMS2 449.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 450.1

La véritable éducation — Ceux qui tirent le meilleur parti des privilèges et des occasions qui se présentent à eux seront, au sens biblique du terme, des hommes talentueux et cultivés; non pas seulement des hommes instruits, mais des hommes éduqués en ce qui concerne l'esprit, le savoir-vivre et le comportement. Ils seront raffinés, sensibles et affectueux. D'après ce que le Seigneur m'a montré, c'est ce qu'il demande de son peuple. Dieu nous a donné des capacités qui doivent être employées, développées et fortifiées par l'éducation. Nous devons raisonner et réfléchir, pour bien saisir les relations de cause à effet. Quand cela sera mis en pratique, il y aura chez beaucoup une plus grande prudence en paroles et en actes qui leur permettra de réaliser pleinement le dessein de Dieu pour leur vie. — Manuscrit 59, 1897. {EMS2 450.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 450.2

Franchise et confiance (message destiné à un médecin) — S'il y avait beaucoup plus de franchise et moins de dissimulation, si l'on encourageait la confiance entre frères, s'il y avait moins d'égoïsme et davantage d'esprit du Christ, si vous aviez une foi vivante en Dieu, le nuage dont Satan obscurcit l'esprit serait dissipé. — Lettre 97, 1898. {EMS2 450.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 450.3

Non à la mesquinerie — N'oubliez jamais que vous êtes des réformateurs, non des bigots. Quand vous avez à traiter une affaire avec des incroyants, ne faites pas preuve d'une mesquinerie sordide; si vous chipotez pour une somme dérisoire, au bout du compte vous perdrez beaucoup. Car ces gens penseront: "Cet homme-là est un roublard; si vous avez 451affaire à lui, soyez sur vos gardes, car s'il pouvait vous tromper, il le ferait." {EMS2 450.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 451.1

Mais si, lorsque vous traitez une affaire, vous renoncez à une petite somme qui vous est due au bénéfice d'une tierce personne, celle-ci fera preuve de la même générosité à votre égard. La mesquinerie engendre la mesquinerie; l'avarice appelle l'avarice. Ceux qui se laissent aller à de tels travers ne se rendent pas compte à quel point ils se rendent méprisables aux yeux des autres, notamment aux yeux de ceux qui n'appartiennent pas à notre Eglise, et la réputation de la vérité sacrée s'en trouve flétrie. — Lettre 14, 1887; Evangelism, 87. {EMS2 451.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 451.2

Honnêteté — Quoi que nous fassions, où que nous soyons, nous devons être parfaitement honnêtes. Nous ne saurions nous permettre de transgresser un seul des commandements de Dieu pour un gain de ce monde. Qui sommes-nous? Le Christ dit à ses disciples: "C'est vous qui êtes le sel de la terre. Mais si le sel devient fade avec quoi le salera-t-on? Il n'est plus bon qu'à être jeté dehors et foulé aux pieds par les hommes." Matthieu 5:13. — Manuscrit 50, 1904. {EMS2 451.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 451.3

Une qualité primordiale — Dans tous les détails de la vie, les principes de la plus stricte honnêteté doivent être respectés. Ce ne sont pas là les principes qui régissent le monde, car

Satan — le trompeur, le menteur et l'oppresseur — est le maître, et ses sujets le suivent et exécutent ses plans. Mais les chrétiens servent un tout autre Maître, et leurs actions doivent être accomplies selon Dieu, indépendamment de tout intérêt égoïste. {EMS2 451.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 451.4

Le fait de manquer à l'honnêteté parfaite en affaire peut être regardé comme insignifiant aux yeux de certains, mais ce n'est pas ainsi que notre Sauveur voit les choses. Sa parole à cet égard est sans équivoque: "Si quelqu'un est fidèle dans les petites choses, on peut aussi lui faire confiance pour ce qui est important." Luc 16:10 (Semeur). Celui qui trompe son voisin sur un petit détail le trompera sur un point plus important si l'occasion se présente. Aux yeux de Dieu, 452un mensonge portant sur une question mineure est tout autant une malhonnêteté qu'une tromperie sur un point plus important. {EMS2 451.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 452.1

De nos jours dans le monde chrétien, on pratique la fraude à un degré effrayant. Le peuple qui garde les commandements de Dieu doit montrer qu'il est au-dessus de tout cela. Ceux qui professent croire à la vérité présente ne devraient jamais user de pratiques malhonnêtes qui faussent les relations de l'homme avec ses semblables. Le peuple de Dieu nuit grandement à la vérité en se permettant le moindre écart sur le plan de la probité. {EMS2 452.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 452.2

Un homme peut ne pas avoir un physique séduisant, il peut avoir des lacunes sur bien des points, mais s'il jouit d'une réputation d'honnêteté exemplaire, il sera respecté. Une intégrité sans faille couvre de nombreux traits de caractère défectueux. Celui qui se range résolument du côté de la vérité gagnera la confiance de tous. Ses frères en la foi ne seront pas seuls à lui faire confiance, mais les incroyants eux-mêmes seront obligés de le reconnaître comme un homme d'honneur. — Lettre 3, 1878. {EMS2 452.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 452.3

Comme de l'or pur — Bon gré mal gré, les serviteurs de Dieu sont obligés d'entrer en contact avec les gens du monde pour leurs relations d'affaire, mais ils devraient négocier avec eux en sachant que Dieu les regarde. Ils ne doivent employer ni balances fausses ni faux poids, car ces choses sont en horreur à l'Eternel. Dans toutes ses relations d'affaire, un chrétien doit être exactement ce qu'il veut que ses frères pensent de lui. Ses actes doivent être inspirés par des principes fondamentaux. Il n'emploie pas la ruse; il n'a donc rien à cacher, rien à maquiller. {EMS2 452.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 452.4

Il se peut qu'il soit critiqué, mis à l'épreuve, mais son intégrité sans faille brillera comme de l'or pur. Il est une bénédiction pour tous ceux qui entrent en contact avec lui, car c'est un homme de parole qui n'abusera pas de son prochain. C'est un ami et un bienfaiteur de tous, et ses semblables se fient à ses conseils. S'il emploie des ouvriers pour moissonner 453ses champs,

l’argent qu’ils ont durement gagné ne sera pas frauduleusement retenu. S’il dispose d’argent dont il n’a pas besoin immédiatement, il l’emploiera pour venir en aide à l’un de ses frères moins favorisés que lui. Il ne cherche pas à accroître ses propres terres ou à se remplir les poches en tirant profit des circonstances défavorables dans lesquelles son semblable se trouve placé. Son objectif est de venir en aide et de faire du bien à son prochain. {EMS2 452.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 453.1

Un homme honnête ne profitera jamais des faiblesses ou des incapacités d’autrui pour remplir sa bourse. Il acceptera un juste équivalent pour ce qu’il vend. Si les articles qu’il vend ont des défauts, il ne manquera pas de le dire à son frère ou à son voisin, même si c’est au détriment de ses intérêts pécuniaires. — Lettre 3, 1878. {EMS2 453.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 453.2

Comprendre les humains — Celui qui veut transformer les hommes doit d’abord les comprendre. C’est seulement par la sympathie, la confiance et l’amour qu’on peut les atteindre et les relever. C’est là que le Christ se révèle le Maître des maîtres: lui seul, de tous ceux qui ont vécu sur cette terre, a parfaitement pénétré l’âme humaine. — Education, 88 (1903). {EMS2 453.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 453.3

Il existe une science qu’il faut exercer quand on s’occupe de ceux qui sont particulièrement faibles. Si nous voulons enseigner les autres, nous devons d’abord nous mettre à l’école du Christ. Il nous faut avoir une largeur de vues qui nous permette d’accomplir un vrai travail missionnaire médical et faire preuve de tact pour traiter les esprits comme il convient. {EMS2 453.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 453.4

Ceux qui ont certainement le moins besoin d’aide sont probablement ceux qui bénéficieront le plus de notre attention. Mais il nous faut une sagesse particulière pour nous occuper de ceux qui semblent irréfléchis et inconséquents. Certains ne comprennent pas le caractère sacré de l’œuvre de Dieu. Ceux qui ont le moins de capacités — les irréfléchis, et même les indolents, exigent nos soins particuliers et le soutien de nos prières. Nous devons traiter avec tact ceux qui paraissent ignorants et qui se sont égarés. Grâce à des efforts 454persévérants en leur faveur nous devons les aider à se rendre utiles dans l’œuvre du Seigneur. Ils réagiront positivement devant des efforts patients, attentifs et affectueux. {EMS2 453.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 454.1

Nous devons coopérer avec le Seigneur Jésus pour rendre la pureté aux incompétents et aux égarés. Cette œuvre égale en importance celle du ministère évangélique. Le Seigneur nous appelle à faire preuve d’un intérêt constant, inlassable pour le salut de ceux qui ont besoin du “polissage” divin. — Lettre 20, 1892; Medical Ministry, 209. {EMS2 454.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 454.2

Artisans de paix — “Heureux ceux qui procurent la paix, car ils seront appelés fils de Dieu!” Matthieu 5:9. Qui donc les désigne ainsi? Les intelligences célestes. N’encouragez donc personne à vous confier les griefs d’un frère ou d’un ami. Dites que vous ne voulez pas entendre de telles paroles de censure et de reproche parce que votre Conseiller vous a dit dans sa parole que si vous cessez d’attiser les disputes, si vous devenez un artisan de paix, vous serez béni, et que telle est la bénédiction à laquelle vous aspirez. {EMS2 454.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 454.3

Pour l’amour du Christ, ne dites pas de mal et ne pensez pas de mal. Que le Seigneur nous aide non seulement à lire la Bible, mais à pratiquer ses enseignements. Celui qui est fidèle dans son œuvre, qui allie la douceur à la puissance, la justice à l’amour, fait se réjouir les intelligences célestes et glorifie Dieu. Efforçons-nous d’être bons et de faire du bien, et nous recevrons la couronne de vie qui ne se flétrit pas. — Manuscrit 116, 1898. {EMS2 454.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 454.4

Quand les faibles deviennent forts — Certains pécheurs tombés très bas deviennent parfois, lorsque la lumière a pénétré dans leur cœur, des messagers particulièrement efficaces auprès de ceux qui suivent encore le mauvais chemin. Soutenus par la foi, quelques-uns assument de lourdes responsabilités dans l’œuvre du salut des âmes. Ils savent quelle est la faiblesse, la dépravation, la force du péché et des mauvaises habitudes de ceux qui ne connaissent pas encore le salut. Incapables de triompher sans le Christ, ils s’écrient à chaque 455instant: “Mon espoir est dans le Sauveur.” — Le ministère de la guérison, 151 (1905). {EMS2 454.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 455.1

Avec douceur — N’essayons pas de faire des efforts par nous-mêmes ou avec l’aide d’autrui. Mais reposons-nous sur le Saint Esprit. Traitez les êtres humains avec douceur. Avec des cœurs pleins d’affection spirituelle, frayez-vous doucement un chemin dans les cœurs. Que vos paroles soient imprégnées de l’huile céleste qui provient des deux branches d’olivier. Zacharie 4:12. Il nous faut l’huile dorée versée dans des vases préparés à cet effet, pour qu’elle soit communiquée à ceux qui cherchent la vérité. Souvenons-nous toujours que “ce n’est ni par la puissance, ni par la force, mais c’est par mon Esprit, dit l’Eternel des armées”. Zacharie 4:6. — Lettre 200, 1899. {EMS2 455.1}

456

Chapitre 47 — L’hygiène mentale*

Voir chapitre 4: “L’esprit et la santé physique”.

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 456.1

Les capacités mentales dépendent de la santé — La santé est un bienfait que peu de personnes apprécient à sa juste valeur; c'est d'elle que dépend, en grande partie, le plein rendement de nos forces physiques et mentales. Nos impulsions et nos passions ont leur siège dans le corps; celui-ci devrait donc être conservé dans les meilleures conditions physiques et placé sous les meilleures influences spirituelles, pour que nous puissions faire le meilleur usage de nos talents. Tout ce qui amoindrit nos forces physiques affaiblit du même coup notre intelligence, qui devient moins capable de discerner entre le bien et le mal. — The Review and Herald, 20 juin 1912; Message à la jeunesse, 233. {EMS2 456.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 456.2

Toutes les facultés peuvent être cultivées — Beaucoup de gens ne font pas tout le bien qu'ils pourraient parce qu'ils exercent leur intelligence dans une seule direction et négligent les activités pour lesquelles ils ne se sentent pas aptes. Certaines de nos facultés sont à l'état embryonnaire et nous les 457laissons dormir parce que l'effort qu'il faudrait faire pour les développer ne nous est pas agréable. Mais il faut que nous cultivions notre esprit. Pour que celui-ci soit équilibré, il est nécessaire que l'observation, le jugement, la mémoire, les capacités de raisonnement soient également exercés. — Témoignages pour l'Église 1:333, 334 (1872). {EMS2 456.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 457.1

Les facultés faibles ne doivent pas être négligées — Il nous est agréable de faire appel à nos facultés les plus développées, tandis que nous négligeons les autres. Mais il nous serait plus profitable d'exercer avec soin ces dernières afin que nous soyons en possession d'un esprit équilibré, dont chaque rouage, bien réglé, fonctionne à son tour. {EMS2 457.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 457.2

Nous sommes responsables devant Dieu à cet égard. Si nous ne tendons pas à ce plein épanouissement intellectuel, nous n'atteindrons jamais le but qui nous a été fixé. Or, nous n'avons pas le droit de laisser de côté aucun des talents que Dieu nous a impartis. {EMS2 457.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 457.3

Nous voyons tout autour de nous des gens atteints de monomanie. Ils sont souvent très capables dans toutes les branches, mais faibles sur un seul point. Ils n'ont développé qu'un aspect de leur esprit, allant ainsi jusqu'à l'épuisement de cette faculté et au naufrage de la personne tout entière. Une telle conduite n'a pas contribué à la gloire de Dieu. Si l'intelligence avait été développée harmonieusement, elle se serait maintenue saine, parce qu'elle n'aurait pas fait sans cesse appel à la même faculté, au détriment de celle-ci. — Témoignages pour l'Église 1:334, 335 (1872). {EMS2 457.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 457.4

Avoir un objectif — Vous devriez aussi avoir un objectif, un but dans la vie. Là où il n'y en a pas, on est enclin à l'indolence; au contraire, là où il y a un objectif suffisamment important, toutes les facultés de l'esprit entrent automatiquement en action. Pour que la vie soit un succès, les pensées doivent fermement s'attacher à l'objectif, au lieu de vagabonder sur des choses sans importance, ou de se contenter de rêvasser. Telle est l'attitude de ceux qui fuient leurs 458responsabilités. Se bâtir des châteaux en Espagne est nuisible pour l'esprit. — Testimonies for the Church 2:429 (1870). {EMS2 457.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 458.1

Un estomac surchargé affaiblit les facultés mentales — On néglige généralement de faire comprendre aux enfants l'importance du moment, de la manière de manger et des aliments qu'ils doivent prendre. On leur permet de satisfaire librement leurs goûts, de manger à toute heure, de prendre les fruits qu'ils désirent, et cela, avec des patisseries, du pain, du beurre et des sucreries qu'ils mangent presque en permanence et qui font d'eux des gourmands et des dyspeptiques. Tel un moulin sans cesse en action, leurs organes digestifs s'affaiblissent; le cerveau est privé de sa force vitale pour permettre à l'estomac de faire son surcroît de travail, et ainsi, les facultés mentales sont affaiblies. La stimulation excessive et l'épuisement des forces vitales les rend nerveux, rebelles à toute discipline, entêtés et irritables. — The Health Reformer, mai 1877; Counsels on Diet and Foods, 181. {EMS2 458.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 458.2

Valeur de l'effort — On doit faire comprendre aux enfants qu'il leur appartient de développer leurs facultés mentales et physiques, et que ce développement est le résultat de l'effort. — The Signs of the Times, 9 février 1882; Child Guidance, 206. {EMS2 458.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 458.3

Des lois immuables — De bonnes habitudes physiques favorisent la supériorité mentale. La puissance intellectuelle, la force physique et la longévité reposent sur des lois immuables. — Christian Temperance and Bible Hygiene, 28 (1890); Counsels on Diet and Foods, 29. {EMS2 458.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 458.4

Ce qui fortifie l'esprit — Des hommes qui occupent des postes de confiance ont à prendre chaque jour des décisions importantes. Appelés à agir rapidement, ils ne peuvent le faire que s'ils pratiquent une stricte tempérance. L'esprit se fortifie par l'exercice rationnel des énergies physiques et mentales. Si l'effort n'est pas trop épuisant, toute lassitude ressentie apporte une nouvelle vigueur. {EMS2 458.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 458.5

Mais souvent ceux qui sont appelés à prendre des décisions urgentes sont influencés défavorablement par une 459alimentation défectueuse. Un estomac malade rend l'esprit confus, indécis, souvent irritable, dur et injuste. Beaucoup d'œuvres qui auraient été pour le monde une

bénédiction ont dû être abandonnées, et plus d'une mesure injuste, oppressive et cruelle a été prise à cause d'un état morbide, conséquence de mauvaises habitudes alimentaires. — Le ministère de la guérison, 261 (1905). {EMS2 458.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 459.1

Eviter le surmenage — J'entends parler d'ouvriers dont la santé périclite sous le poids des fardeaux qu'ils ont à porter. Cela ne devrait pas être. Dieu désire que nous nous souvenions que nous sommes mortels. Nous ne devons pas inclure trop de choses dans notre travail. Nous ne devons pas non plus nous soumettre à une tension telle que nos énergies physiques et mentales soient épuisées. Nous avons besoin d'un plus grand nombre d'ouvriers, afin que ceux qui doivent porter actuellement de lourds fardeaux soient soulagés. — The Review and Herald, 28 avril 1904; Evangelism, 589, 590. {EMS2 459.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 459.2

Vouloir mettre deux années en une — L'élève qui veut accomplir en une seule année le programme de deux ans ne devrait pas être autorisé à le faire. Entreprendre un double travail équivaut pour beaucoup à surcharger l'esprit et à négliger l'exercice physique. Il n'est pas raisonnable de supposer que l'esprit puisse assimiler un surcroît de nourriture mentale, et surcharger l'esprit est un péché aussi grave que de surcharger les organes digestifs. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 296 (1913). {EMS2 459.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 459.3

Etudier avec excès peut nuire à la maîtrise de soi*

Voir chapitre 16: "Le surmenage intellectuel".

. — Le fait d'étudier sans mesure augmente l'afflux de sang au cerveau et engendre une excitabilité maladive qui risque d'amoindrir la maîtrise de soi et qui trop souvent laisse prise aux coups de tête et à l'inconstance. C'est la porte ouverte à la corruption. Le mauvais usage ou le non-usage des forces physiques est en grande partie responsable de la perversion 460du monde. L'orgueil, l'abondance et l'oisiveté livrent un combat sans merci au progrès humain aujourd'hui comme autrefois à Sodome, dont ils causèrent la destruction. — Education, 237 (1903). {EMS2 459.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 460.1

Perte d'équilibre — L'esprit qui travaille toujours sur le même sujet perd son équilibre. Mais si les aptitudes physiques et mentales sont équitablement excercées si les sujets de réflexion sont variés, toutes les facultés pourront se développer sainement. — Education, 237 (1903). {EMS2 460.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 460.2

Une éducation supérieure — Nous pourrions cultiver bien mieux nos facultés si nous savions profiter de tous les avantages et de tous les privilèges qui nous sont accordés. La véritable

éducation implique plus que l'enseignement prodigué dans les grandes écoles. S'il est vrai que nous ne devons pas négliger l'étude des sciences, il est tout aussi exact qu'il existe une éducation supérieure qui s'obtient seulement par une communion intime avec Dieu. Que tout élève prenne donc la Bible et se mette en contact avec le grand Educateur. Qu'il cultive ses facultés intellectuelles afin d'être capable de résoudre les problèmes difficiles que l'on rencontre dans la recherche de la vérité. — Les paraboles de Jésus, 289 (1900). {EMS2 460.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 460.3

Air confiné et impur — Nombreux sont ceux qui se plaignent constamment de divers malaises. Cela provient presque toujours de ce qu'ils ne travaillent pas comme il convient ou de ce qu'ils ne respectent pas les lois de la santé. Ils restent trop souvent renfermés dans des pièces chauffées pleines d'air impur où ils s'efforcent d'étudier ou d'écrire, où ils prennent peu d'exercice physique et ne changent guère d'activité. Dans ces conditions, le sang circule mal, et les capacités de l'esprit sont réduites. — Testimonies for the Church 4:264 (1876). {EMS2 460.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 460.4

L'homme disqualifié — Tout ce qui tend à diminuer l'énergie physique ou la lucidité intellectuelle disqualifie l'homme pour le service du Créateur. — La tragédie des siècles, 514 (1885). {EMS2 460.4}

461

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 461.1

Comment préserver ses facultés mentales — Celui qui pratique la simplicité dans toutes ses habitudes, maîtrisant son appétit et ses passions, peut garder ses facultés mentales fortes, actives, vigoureuses, capables de percevoir tout ce qui exige réflexion et action, de distinguer entre ce qui est saint et ce qui ne l'est pas, et propres à s'engager dans toute entreprise destinée à la gloire de Dieu et au bien de l'humanité. — The Signs of the Times, 29 septembre 1881; The S.D.A. Bible Commentary 2:1006. {EMS2 461.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 461.2

Système nerveux et relations avec Dieu — L'inactivité physique restreint les forces mentales mais aussi morales. Les nerfs qui relient le cerveau à l'organisme entier sont l'intermédiaire qu'utilise Dieu pour communiquer avec l'homme et toucher son être dans intérieur. Tout ce qui fait obstacle à la bonne circulation de l'influx nerveux, affaiblissant ainsi les puissances vitales et la réceptivité de l'esprit, rend plus difficile l'éveil de la fibre morale. — Education, 237 (1903). {EMS2 461.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 461.3

Le piège de certaines formes d'éducation — L'éducation qui s'adresse à la mémoire, au risque d'éloigner l'homme de toute pensée personnelle, contient des éléments souvent mal

évalués. Un étudiant qui renonce à raisonner et à décider par lui-même, devient incapable de distinguer la vérité de l'erreur et se laisse aisément tromper. Il suit tout naturellement la tradition, les habitudes établies. — Education, 261, 262 (1903). {EMS2 461.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 461.4

Vers une efficience maximum — Les aptitudes physiques et mentales, ainsi que les affections, doivent être éduquées de manière qu'elles atteignent le plus haut degré d'efficience. — Brochure intitulée The Circulation of Our Health Journals, 12 novembre 1901; Counsels on Health, 445. {EMS2 461.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 461.5

L'étude de la nature — ses bienfaits — La simplicité et la pureté des leçons tirées de la nature leur donnent une valeur incalculable. Tout homme a besoin des enseignements qui découlent de cette source. Les beautés de la nature éloignent l'âme du péché et des vanités du monde pour l'attirer vers la 462paix, vers la pureté et vers Dieu. Les étudiants s'occupent trop souvent des théories et des spéculations à l'ordre du jour, faussement appelées science et philosophie. Ils ont besoin de se mettre en étroite communion avec la nature afin d'apprendre que la création et le christianisme ont un seul et même Auteur. Qu'ils s'efforcent de comprendre l'harmonie existant entre la nature et le monde spirituel. Que tout ce qu'ils voient et touchent contribue à la formation de leur caractère; ainsi leurs facultés mentales se fortifieront, leur caractère se développera et leur vie s'ennoblira. — Les paraboles de Jésus, 17 (1900). {EMS2 461.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 462.1

Etude de la Parole de Dieu et énergie mentale*

Voir vol. 1, chapitre 11: "L'étude de la Bible — sa valeur".

. — Ceux qui aspirent à la connaissance en vue d'en faire part à leurs semblables recevront la bénédiction du Seigneur. L'étude de sa parole ravivera les énergies mentales, permettra aux facultés de s'épanouir et donnera à l'esprit puissance et efficacité. — Les paraboles de Jésus, 289 (1900). {EMS2 462.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 462.2

Bienfaits de la conversion — La Bible révèle la volonté divine. Les vérités de la Parole de Dieu émanent du Très-Haut. Celui qui incorpore ces vérités à sa vie devient dans tous les sens du terme une nouvelle créature. Il ne bénéficie pas de nouvelles aptitudes mentales, mais les ténèbres qui, par suite de l'ignorance et du péché, avaient obscurci son intelligence, se dissipent. La promesse: "Je vous donnerai un cœur nouveau" signifie: "Je vous donnerai un esprit nouveau". Ezéchiel 36:26. Le changement du cœur s'accompagne toujours d'une prise de conscience claire du devoir chrétien, d'une compréhension de la vérité. Celui qui étudie attentivement les Ecritures dans un esprit de prière acquérra une intelligence lucide, un jugement sain, comme si, en se tournant vers Dieu, il avait atteint un degré supérieur

d’intelligence. — The Review and Herald, 18 décembre 1913; My Life Today, 24. {EMS2 462.2}

Section 11 — Problèmes émotionnels

Chapitre 48 — Le sentiment de culpabilité

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 465.1

Conséquences dommageables — Le chagrin, l'anxiété, le mécontentement, le remords, la méfiance tendent à briser les forces vives et à provoquer l'affaiblissement et la mort. — Le ministère de la guérison, 207 (1905). {EMS2 465.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 465.2

S'affranchir du sentiment de culpabilité — Ce sentiment de culpabilité doit être déposé au pied de la croix du Calvaire. Ce sentiment a contaminé les sources de la vie et celles du vrai bonheur. Maintenant, Jésus déclare: Déchargez-le entièrement sur moi; je prendrai votre péché et je vous donnerai la paix. Ne détruisez plus votre amour-propre, car je vous ai racheté au prix de mon sang. Vous m'appartenez; je fortifierai votre volonté affaiblie et je ferai disparaître votre remords. {EMS2 465.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 465.3

Puis tournez votre cœur reconnaissant, tremblant d'incertitude, et saisissez l'espérance qui vous est proposée. Dieu accepte votre cœur brisé, contrit. Il vous offre gratuitement le pardon. Il vous propose de vous adopter au sein de sa famille, avec sa grâce pour vous soutenir dans votre faiblesse; le bien-aimé Sauveur vous guidera pas à pas si vous gardez votre 466main dans la sienne et si vous le laissez vous conduire. — Lettre 38, 1887. {EMS2 465.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 466.1

Des paroles de pardon — Satan cherche à détourner notre esprit du puissant Secours, et il nous incite à nous appesantir sur la pauvreté de notre âme. Mais bien que Jésus voie nos fautes passées, il nous parle de pardon; nous ne devrions pas l'offenser en doutant de son amour. — Lettre 2, 1914; Testimonies to Ministers and Gospel Workers, 518. {EMS2 466.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 466.2

Jésus, le Libérateur — L'amour que le Christ répand dans l'être tout entier est une puissance vivifiante. C'est lui qui guérit notre cœur, notre cerveau, nos nerfs. Par lui, les plus nobles énergies de notre âme sont mises en activité. Il libère l'âme de la culpabilité et de sa tristesse, de ses anxiétés et de ses soucis. Il nous apporte le calme et la sérénité, et répand dans notre âme une joie, une joie dans le Saint Esprit, qui est une source de vie et de santé, et que rien au monde ne saurait détruire. — Le ministère de la guérison, 90, 91 (1905). {EMS2 466.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 466.3

Là où le péché abonde, la grâce surabonde — Si vous avez le sentiment d'être le plus grand des pécheurs, Jésus Christ est justement ce dont vous avez besoin, car il est le plus grand des sauveurs. Levez la tête et détournez-vous de vous-même, de votre péché, et fixez vos regards

sur le Sauveur par excellence; fuyez loin de la morsure venimeuse du serpent pour entrer en contact avec l'Agneau de Dieu qui ôte le péché du monde. — Lettre 98, 1893. {EMS2 466.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 466.4

Celui qui peut nous décharger des fardeaux — Jésus Christ a porté le fardeau de notre culpabilité. Il soulèvera le fardeau de nos épaules fatiguées. Il nous donnera le repos. Il portera aussi le poids de nos peines et de nos inquiétudes. Il nous invite à déposer sur lui tous nos soucis, car il nous porte sur son cœur. — Le ministère de la guérison, 55 (1905). {EMS2 466.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 466.5

Différents degrés de culpabilité — Tous les péchés ne sont pas également odieux devant le Seigneur. Il y a pour lui, 467comme pour les hommes, différents degrés de culpabilité. Mais quelque insignifiant que puisse paraître tel ou tel péché à nos propres yeux, il n'est jamais petit aux yeux de Dieu. Le jugement de l'homme est partial, imparfait, tandis que le Seigneur estime toutes choses à leur juste valeur. L'ivrogne est regardé avec mépris; on lui déclare que son péché l'excluera du royaume des cieux. Mais on est souvent moins sévère envers l'orgueilleux, l'égoïste et l'envieux. Et pourtant ce sont là des péchés particulièrement odieux au Seigneur. Ils sont contraires à la bonté de son caractère, à l'amour parfaitement désintéressé qui est l'atmosphère dans laquelle se meuvent les mondes qui ont conservé leur intégrité. Celui qui tombe dans quelque faute grossière peut avoir le sentiment de son humiliation, de sa pauvreté et de son besoin d'un Sauveur. Mais l'orgueilleux n'éprouve aucun besoin; il ferme son cœur au Christ et se prive des bienfaits infinis qu'il est venu apporter. — Le Meilleur Chemin, 27, 28 (1892). {EMS2 466.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 467.1

Adopter une attitude positive à l'égard des coupables — Nul n'est rendu meilleur par la condamnation et les reproches. Accuser une âme accablée par ses fautes ne l'encouragera pas à s'amender. Attirez l'attention de celui qui s'égare et qui est découragé sur Celui qui peut sauver parfaitement quiconque vient à lui. Montrez-lui ce qu'il peut devenir. Dites-lui qu'il n'y a rien en lui dont il puisse se réclamer auprès de Dieu, mais que le Christ est mort pour lui afin qu'il soit accepté en lui, le bien-aimé. Inspirez-lui de l'espoir, montrez-lui que par la force du Christ il peut s'améliorer. Faites-lui comprendre les possibilités qui sont les siennes. Indiquez-lui les sommets qu'il peut atteindre. Aidez-le à compter sur la miséricorde du Seigneur, à se confier dans le pouvoir de son pardon. Jésus est prêt à le saisir par la main et à lui donner la force de vivre une vie noble et vertueuse. — Manuscrit 2, 1903. {EMS2 467.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 467.2

La tactique de Satan — Le peuple de Dieu est ici représenté à la barre des accusés. Zacharie 3:1-3. Josué, en qualité de souverain sacrificateur, demande une bénédiction en faveur 468de son peuple qui se trouve dans une grande affliction. Tandis qu'il plaide devant Dieu, Satan se tient à sa droite comme son adversaire. Il accuse les enfants de Dieu et s'efforce de faire paraître leur cas aussi désespéré que possible. Il fait ressortir devant l'Eternel leurs mauvaises

actions et leurs défauts. Il tente de les montrer sous un jour tel que le Christ soit amené à leur refuser l'assistance dont ils ont un si pressant besoin. Josué les représente devant Dieu: recouvert de vêtements sales, il tombe sous le coup de la condamnation. Conscient des péchés de son peuple, il sombre dans un profond découragement. Satan fait peser sur lui un tel sentiment de culpabilité qu'il en est presque réduit au désespoir. Mais, malgré l'opposition acharnée de Satan, il n'en demeure pas moins dans l'attitude d'un suppliant. — Les paraboles de Jésus, 139, 140 (1900). {EMS2 467.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 468.1

Ceux qui ne savent pas se réclamer des promesses divines — J'ai pensé depuis que de nombreux pensionnaires des asiles d'aliénés ont été conduits là par suite d'expériences comparables à la mienne. Leur conscience était torturée par le sentiment du péché, et leur foi tremblante n'osait pas se réclamer du pardon promis par Dieu. Ils écoutaient les descriptions que la tradition fait de l'enfer jusqu'à ce que le sang se glace dans leurs veines, et ces descriptions se gravaient dans leur esprit en caractères indélébiles. Qu'ils dorment ou qu'ils veillent, ils étaient continuellement hantés par ces affreux tableaux, et leur imagination finissait par se substituer à la réalité. Ils ne voyaient plus que les flammes dévorantes d'un enfer imaginaire et n'entendaient plus que les hurlements des damnés. La raison avait cédé la place aux visions étranges d'un affreux cauchemar. Ceux qui enseignent la doctrine de l'enfer éternel feraient bien de réfléchir aux fondements sur lesquels repose une croyance aussi cruelle. — Testimonies for the Church 1:25, 26 (1855). {EMS2 468.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 468.2

"Quand je suis faible, c'est alors que je suis fort" — Le Seigneur permet souvent que les hommes soient mis à l'épreuve pour leur montrer leur propre faiblesse et leur révéler 469quelle est la source de la force. S'ils prient et ne cessent de veiller dans la prière, luttant avec courage, leurs points faibles deviendront leurs points forts. L'expérience de Jacob contient pour nous de nombreux et précieux enseignements. Dieu fit comprendre à Jacob que par lui-même il ne pouvait avoir la victoire, et qu'il devait lutter avec le Seigneur pour obtenir la force d'en haut. — Manuscrit 2, 1903. {EMS2 468.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 469.1

Du sentiment de la culpabilité à la joie — Jacob, après avoir trompé Esaü, s'éloigna de la maison paternelle, accablé par le sentiment de sa faute. Exilé et solitaire, banni loin de tout ce qui avait donné du prix à sa vie, ce qui l'accablait, c'était le sentiment que son péché l'avait privé de la communion avec Dieu et qu'il était abandonné du ciel. Entouré de collines silencieuses, la voûte étoilée au-dessus de sa tête, il se couche désolé sur le sol nu pour y passer la nuit. Pendant son sommeil, il voit une lumière étrange envahir la plaine; du sol sur lequel il repose, s'élève une immense échelle impalpable qui semble conduire à la porte même du ciel, et sur cette échelle montent et descendent des anges de Dieu. Il écoute, et, du milieu de la gloire céleste, la voix divine lui fait entendre un message de consolation et d'espérance. {EMS2 469.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 469.2

Jacob trouva un Sauveur répondant aux soupirs de son âme. Plein de joie, il vit le chemin par lequel il pouvait, lui, pécheur, retrouver la communion avec Dieu. L'échelle mystique de sa vision représente Jésus, le seul intermédiaire entre Dieu et l'homme. — Le Meilleur Chemin, 17, 18 (1892). {EMS2 469.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 469.3

Le fardeau du péché, cause de maladie — Le paralytique (Matthieu 9:1-7) trouva en Christ à la fois la guérison de l'âme et celle du corps. La guérison spirituelle fut suivie du relèvement physique. Cette leçon ne doit pas passer inaperçue. Il existe aujourd'hui des milliers de personnes affligées de maux physiques qui soupirent après ce message: "Tes péchés te sont pardonnés." Le fardeau du péché, avec l'inquiétude et l'insatisfaction qui l'accompagnent, sont la cause de leurs maladies. Ils n'auront de soulagement qu'en 470s'approchant du Médecin de l'âme. La paix que lui seul peut donner communique la vigueur à l'esprit, la santé au corps. — Jésus Christ, 255 (1898). {EMS2 469.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 470.1

L'ignorance n'efface pas la culpabilité — Les bourreaux de Jésus eussent été saisis de remords s'ils avaient su qu'ils mettaient à la torture un Etre venu sauver une race coupable de la ruine éternelle. Leur ignorance n'enlève pas leur culpabilité; car ils auraient pu connaître et accepter Jésus, en tant que Sauveur. — Jésus Christ, 749 (1898). {EMS2 470.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 470.2

Il est vain d'invoquer des excuses — Nous ne devons pas chercher à diminuer notre culpabilité en trouvant des excuses à notre péché. Nous devons accepter la sévère réprobation de Dieu à son égard! Seul le Calvaire peut nous en révéler l'énormité. Si nous devions porter le poids de nos fautes, nous serions écrasés. Mais un Etre sans péché a pris notre place: innocent, il s'en est chargé. "Si nous confessons nos péchés", Dieu "est fidèle et juste pour nous les pardonner, et pour nous purifier de toute iniquité". 1 Jean 1:9. — Heureux ceux qui, 95. {EMS2 470.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 470.3

Une première condition à remplir — Ceux qui n'ont pas humilié leur âme devant Dieu en reconnaissant leur culpabilité n'ont pas encore rempli la première condition pour être acceptés de lui. Si nous n'avons pas fait l'expérience de ce repentir dont on ne se repent jamais et si nous n'avons pas confessé notre péché en toute humilité et avec un cœur brisé, en éprouvant de la répulsion pour notre iniquité, nous n'en avons pas vraiment recherché le pardon; et si nous n'avons jamais recherché la paix de Dieu, nous ne l'avons jamais trouvée. L'unique raison pour laquelle nous n'avons pas obtenu la rémission de nos péchés passés vient de ce que nous n'avons pas voulu humilier nos cœurs orgueilleux et de ce que nous avons refusé de remplir les conditions requises par la parole de vérité. {EMS2 470.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 470.4

Nous avons reçu des instructions précises à ce sujet. 471Qu'elle soit faite en public ou en privé, la confession des péchés doit être sincère et spontanée. Elle ne saurait être imposée au pécheur. Elle ne doit pas être faite à la légère ou imposée à des personnes qui n'ont pas conscience de l'horreur du péché. La confession qui est accompagnée de tristesse et de larmes, qui exprime le tréfonds de l'âme, touche la miséricorde infinie de Dieu. Le psalmiste déclare: "L'Eternel est près de ceux qui ont le cœur brisé, et il sauve ceux qui ont l'esprit dans l'abattement." Psaumes 34:19. — Testimonies for the Church 5:636, 637 (1889). {EMS2 470.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 471.1

Rompre avec le péché — C'est en cela que vous attirez sur vous la condamnation: vous persistez dans le péché. Par la force du Christ, rompez avec le péché. Toutes les mesures nécessaires ont été prises pour que la grâce habite en vous et pour que le péché apparaisse sous toute sa laideur. "Et si quelqu'un a péché", il ne doit pas s'abandonner au désespoir et parler comme un homme perdu pour le Christ. — Lettre 41, 1893. {EMS2 471.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 471.2

La responsabilité qui nous incombe — Dieu condamne à bon droit quiconque ne prend pas le Christ comme son Sauveur personnel; mais il pardonne à celui qui s'approche de lui avec foi, il le rend capable d'opérer les œuvres de Dieu et de devenir un avec le Christ par la foi... Le Seigneur a amplement pourvu à ce que l'homme ait un salut complet et gratuit, et qu'il devienne parfait en lui. Dieu veut que ses enfants jouissent des brillants rayons du Soleil de justice, qu'ils aient la lumière de la vérité. Dieu a pourvu au salut du monde à un prix d'une valeur infinie, le don de son Fils unique. L'apôtre a dit: "Lui, qui n'a point épargné son propre Fils, mais qui l'a livré pour nous tous, comment ne nous donnera-t-il pas toutes choses avec lui?" Romains 8:32. Si donc nous ne sommes pas sauvés, ce ne sera pas la faute de Dieu, mais la nôtre, parce que nous aurons négligé de coopérer avec les agents divins. Notre volonté n'aura pas coïncidé avec celle de Dieu. — The Review and Herald, 1 novembre 1892; Messages choisis 1:440. {EMS2 471.2}

472

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 472.1

Ne pas céder au découragement*

Voir *Le meilleur chemin*, chapitres "La repentance", "La confession", "Foi, paix, assurance".

. — Nul ne doit se laisser aller au découragement et au désespoir. Satan, toujours implacable, peut venir à vous avec cette insinuation: "Ton cas est désespéré; tu ne peux être sauvé." Mais en Christ tout est possible. Le Seigneur ne nous demande pas de vaincre par nos propres forces; il nous invite à nous tenir tout près de lui. Quelles que soient les difficultés qui nous assaillent, écrasantes pour l'âme et le corps, il est prêt à nous en libérer. — Le ministère de la guérison, 214 (1905). {EMS2 472.1}

Chapitre 49 — La tristesse

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 473.1

Détruit les forces vives — Le chagrin, l'anxiété, le mécontentement, le remords, la méfiance tendent à briser les forces vives et à provoquer l'affaiblissement et la mort... Le courage, l'espoir, la foi, la compassion, et l'amour favorisent la santé et prolongent la vie. — Le ministère de la guérison, 207 (1905). {EMS2 473.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 473.2

Affaiblit la circulation — La tristesse nuit à la circulation du sang dans les vaisseaux et dans le système nerveux et gêne le travail du foie. Elle retarde le processus de la digestion et de la nutrition, et tend à scléroser la mœlle dans tout l'organisme. — Lettre 1, 1883. {EMS2 473.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 473.3

N'arrange rien — Le chagrin et l'anxiété ne sauraient guérir une seule maladie, tandis qu'en éclairant le sentier d'autrui, la gaieté et l'espérance sont "la vie pour ceux qui les trouvent" et "la santé pour tout leur corps". — The Signs of the Times, 12 février 1885; Foyer chrétien, 417. {EMS2 473.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 473.4

Un guide en toutes circonstances — L'avenir, avec ses 474problèmes ardus et ses horizons incertains, ne doit pas accabler nos cœurs, ni faire chanceler nos genoux et affaiblir nos bras. "Qu'on... me prenne pour refuge, qu'on... fasse la paix avec moi" (Ésaïe 27:5), dit le Seigneur. Ceux qui se soumettent au Tout-Puissant et s'engagent à le servir ne seront jamais placés dans une situation pour laquelle il n'a pas pourvu. En toutes circonstances, si nous obéissons à sa Parole, nous aurons un guide indéfectible. Quelle que soit notre perplexité, notre tristesse, notre deuil, ou notre solitude, nous aurons un sûr conseiller, un ami compatissant. — Le ministère de la guérison, 214 (1905). {EMS2 473.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 474.1

Les appréhensions ne font qu'empirer les choses — Nous vivons dans un monde de souffrance. Des difficultés, des épreuves, des tristesses nous attendent tout le long du chemin qui conduit à la patrie céleste; mais pour beaucoup le poids des fardeaux de la vie est doublé par leurs continuelles appréhensions. S'ils rencontrent l'adversité et le découragement, ils croient que tout est perdu, qu'ils sont les plus à plaindre des hommes et que la misère les attend. Ils se rendent malheureux par leurs soucis et jettent une ombre sur tout ce qui les entoure. La vie elle-même leur devient un fardeau. {EMS2 474.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 474.2

Mais cela n’est pas nécessaire. Il faut que ces malades fassent un gros effort pour changer le cours de leurs pensées, mais ce n’est pas impossible. Leur bonheur dans cette vie et dans la vie à venir dépend de la sérénité de leur esprit. Qu’ils cessent donc de s’imaginer des malheurs, et pensent aux bienfaits que Dieu a répandus sur leur chemin déjà ici-bas et au bonheur éternel qu’il leur réserve dans un monde meilleur. — Le ministère de la guérison, 213 (1905). {EMS2 474.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 474.3

Ceux qui jettent une ombre sur le sentier d’autrui — Il n’est pas sage de rassembler tous les souvenirs pénibles de sa vie — ses chutes et ses déceptions — pour en parler à d’autres et s’en lamenter jusqu’à ce que le découragement vous envahisse. Une âme découragée est entourée de ténèbres; elle repousse la lumière divine et projette une ombre sur le sentier d’autrui. — Le Meilleur Chemin, 115 (1892). {EMS2 474.3}

475

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 475.1

Cultiver l’optimisme — Grandes sont les bontés du Seigneur à notre égard. Jamais il n’abandonnera ou ne délaissera ceux qui se confient en lui. Si nos épreuves occupaient moins de place dans nos pensées et nos conversations que la miséricorde et la bonté de Dieu, nous nous élèverions au-dessus de beaucoup de nos tristesses et de nos perplexités. Mes frères et sœurs qui vous engagez sur un sentier obscur, et pensez devoir suspendre vos harpes aux saules comme les captifs de Babylone, chantons joyeusement nos épreuves. {EMS2 475.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 475.2

Vous allez me dire: Comment chanter, avec de si sombres perspectives, ployant sous le fardeau de la douleur et du deuil? Mais est-ce que nos douleurs nous ont privés de l’Ami tout-puissant que nous avons en Jésus? Est-ce que l’amour merveilleux que Dieu a manifesté en donnant son cher Fils ne devrait pas être un thème inépuisable de louange? N’oublions pas d’ajouter des hymnes de reconnaissance aux requêtes que nous présentons au trône de la grâce. “Celui qui offre pour sacrifice des actions de grâces me glorifie.” Psaumes 50:23. Aussi longtemps que notre Sauveur est vivant nous avons des motifs de gratitude et de louange. — The Review and Herald, 1 novembre 1881; Messages choisis 2:307. {EMS2 475.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 475.3

Ne pas donner libre cours à sa tristesse (message adressé à une famille endeuillée) — Comme Job, vous pensiez avoir des raisons d’être abattus et vous refusiez d’être consolés. Etait-ce raisonnable? Vous savez que la mort est un pouvoir auquel nul ne peut résister, mais vous avez fait de vos existences quelque chose de presque inutile à cause de votre tristesse stérile. Vos sentiments ont frisé la révolte contre Dieu. J’ai vu que vous vous appesantissez sur votre deuil, et que vous donnez libre cours à votre émotivité, au point que les anges se cachaient la face et se retiraient à l’ouïe de vos manifestations bruyantes de tristesse. {EMS2 475.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 475.4

Lorsque vous vous laissez aller à vos sentiments, est-ce que vous vous souvenez que vous avez un Père dans les cieux qui a donné son Fils unique afin qu'il meure pour nous et que la mort ne soit pas un sommeil éternel? Est-ce que vous vous 476souvenez que le Seigneur de la vie et de la gloire a traversé le tombeau et l'a illuminé de sa présence? Le disciple bien-aimé a dit: "Ecris: Heureux les morts qui meurent dans le Seigneur, dès à présent! Oui, dit l'Esprit, afin qu'ils se reposent de leurs travaux, car leurs œuvres les suivent." Apocalypse 14:13. L'apôtre parlait en connaissance de cause lorsqu'il écrivait ces paroles; mais quand vous donnez libre cours à votre tristesse irrépressible, votre attitude est-elle en accord avec le réconfort qu'elles expriment? — Testimonies for the Church 5:313 (1885). {EMS2 475.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 476.1

S'apitoyer sur soi est une forme d'égoïsme (message adressé à un prédicateur) — Frère _____, vous apitoyer sur vous-même est une forme d'égoïsme. Cela ne ressemble pas à l'apôtre Paul qui était un homme de douleurs, mais qui accordait la dernière place à lui-même dans ses pensées. Il eut à subir des épreuves telles que vous n'en avez jamais connues et que vous n'en connaîtrez jamais; et cependant, il ne s'y appesantissait pas, mais il exaltait la grâce de Dieu. {EMS2 476.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 476.2

Votre femme fut victime de la maladie, et elle en est morte. Votre chagrin fut aussi vif que pour toutes vos autres épreuves. Vous avez cultivé la tristesse dans votre cœur, vous vous êtes complu en elle; vous avez permis à votre esprit et à vos pensées de nourrir égoïstement votre chagrin, au préjudice de votre santé. Après cela, la mort de votre fille fut assurément une rude épreuve, mais d'autres ont subi le même choc en des circonstances plus difficiles. Vous avez permis à cette épreuve de vous abattre; vous vous y êtes appesanti, vous en avez parlé, vous avez fait du mal à votre âme à cause d'une situation que vous ne pouviez ni changer ni améliorer. Affronter de telles épreuves comme vous l'avez fait est un péché. {EMS2 476.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 476.3

Je sais de quoi je parle. Si l'on permet à l'esprit d'être obscurci par la tristesse, les aliments ne peuvent être assimilés, et l'organisme n'est pas nourri comme il convient. — Lettre 1, 1883. {EMS2 476.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 476.4

La tristesse fait affluer le sang dans le cerveau (expérience {EMS2 476.4}

477

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 477.1

personnelle) — Tandis que je travaillais ainsi à parler et à écrire, je recevais de Battle Creek des lettres décourageantes. En les lisant, j'éprouvais un sentiment inexprimable de tristesse,

allant jusqu'à l'agonie mentale, qui momentanément semblait paralyser mes énergies vitales. Pendant trois nuits, je pouvais à peine dormir. Mon esprit était troublé et perplexe. {EMS2 477.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 477.2

Je cachais autant que possible mes sentiments à mon mari et à la famille où nous vivions qui prenait part si affectueusement à notre peine. Nul d'entre eux ne connaissait mes problèmes ou mes préoccupations intérieurs tandis que je me joignais à cette famille pour le culte du matin et du soir et que je m'efforçais de me décharger de mes fardeaux sur Celui qui a le pouvoir de les assumer. Mais mes supplications montaient d'un cœur accablé par l'angoisse et mes prières étaient entrecoupées à cause d'une tristesse irrépressible. Le sang affluait à mon cerveau au point que souvent je chancelais et risquais de tomber. Je souffrais fréquemment de saignements de nez, notamment quand je m'efforçais d'écrire. J'étais finalement obligée d'y renoncer, mais je ne pouvais pas me débarrasser du poids de l'anxiété et de la responsabilité qui reposait sur moi. — Testimonies for the Church 1:576, 577 (1867). {EMS2 477.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 477.3

Une assurance bénie — Etes-vous rempli de tristesse aujourd'hui? Fixez vos yeux sur le Soleil de justice. N'essayez pas de résoudre toutes les difficultés, mais fixez vos regards sur la lumière, sur le trône de Dieu. Qu'y verrez-vous? L'arc-en-ciel de l'alliance, la promesse vivante de Yahvé. Au-dessous se trouve le propitiatoire, et quiconque se prévaut des richesses de la miséricorde auxquelles il a été pourvu et s'approprie les mérites de la vie et de la mort du Christ reçoit, au travers de l'arc-en-ciel de l'alliance, l'assurance bénie d'être accepté par le Père aussi longtemps que le trône de Dieu subsiste. {EMS2 477.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 477.4

La foi est ce dont vous avez besoin. Ne permettez pas que celle-ci chancelle. Combattez le bon combat de la foi et saisissez la vie éternelle. Si dur que soit ce combat, luttez à tout prix, car les promesses divines sont oui et amen en Christ 478Jésus. Mettez votre main dans celle du Christ. Il y a des difficultés à surmonter, mais des anges puissants en force coopéreront avec le peuple de Dieu. Tournez-vous vers Sion, la cité de nos fêtes. Une glorieuse couronne et une robe tissée sur les métiers du ciel attendent le vainqueur. Bien que Satan jette son ombre diabolique au travers de votre chemin et cherche à vous masquer l'échelle mystique qui unit la terre au ciel et sur laquelle montent et descendent les anges qui exercent un ministère auprès de ceux qui hériteront du salut, continuez à gravir votre sentier, avançant pas à pas vers le trône de l'Etre infini. — Manuscrit 66, 1895. {EMS2 477.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 478.1

Les voies de Dieu souvent impénétrables — Si ceux qui sont auprès de vous n'essaient pas de détourner votre conversation et le cours de vos pensées, s'ils sympathisent avec toutes vos sentiments comme s'il s'agissait de réalités, moins vous aurez de relations avec ce genre de

personnes, mieux cela vaudra. Ce ne sont pas vos amis, mais vos pires ennemis. Le Seigneur veut que vous cultiviez la bonne humeur. {EMS2 478.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 478.2

Vous avez enterré des amis qui vous étaient chers; moi aussi. Mais je ne me permets pas de poser la question: Pourquoi m'as-tu jeté dans la fournaise? Pourquoi ai-je été affligée à plusieurs reprises? La réponse me parvient immanquablement: "Ce que je fais, tu ne le sais pas maintenant, mais tu le comprendras dans la suite." Jean 13:7. {EMS2 478.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 478.3

Les desseins de Dieu sont souvent voilés de mystère; ils sont incompréhensibles aux esprits limités; mais celui qui voit la fin dès le commencement sait mieux que nous-mêmes. Nous avons besoin de nous purifier de notre attachement aux choses d'ici-bas, de parfaire notre caractère chrétien, pour que nous puissions revêtir la robe de la justice du Christ. — Lettre 1, 1883. {EMS2 478.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 478.4

Travailler pour les autres atténue la tristesse — Dans sa sollicitude pour ceux qui allaient devoir affronter les préjugés, la haine et la persécution, l'apôtre [Paul] perdait de vue les souffrances personnelles qui l'attendaient. Il s'efforçait 479d'encourager et de réconforter les quelques chrétiens qui l'accompagnaient jusqu'au lieu de son exécution en leur rappelant les promesses destinées à ceux qui sont persécutés pour la justice. Il leur assurait que tout ce que le Seigneur avait promis à ses enfants fidèles et éprouvés se réaliserait. {EMS2 478.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 479.1

Pour un peu de temps, ils risquaient d'être angoissés par de multiples épreuves, d'être privés de confort matériel; mais ils pourraient fortifier leur âme par l'assurance de la fidélité de Dieu en disant: "Je sais en qui j'ai cru, et je suis persuadé qu'il a la puissance de garder mon dépôt jusqu'à ce Jour-là." 2 Timothée 1:12. Bientôt, la nuit de l'épreuve et des souffrances arriverait à son terme, et l'aube du glorieux matin de paix et du jour parfait se lèverait. — The Review and Herald, 4 janvier 1912. {EMS2 479.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 479.2

Les meilleurs consolateurs — Ce sont souvent ceux qui ont connu les plus grandes souffrances qui savent le mieux consoler, apportant partout leur rayonnement. Châtiés et adoucis par leurs afflictions, ils n'ont pas perdu leur confiance en Dieu au milieu de leurs détresses, mais se sont accrochés à son amour protecteur. Ils sont des preuves vivantes des tendres soins de Dieu, l'auteur des ténèbres et de la lumière, qui nous afflige pour notre bien. Le Christ est la lumière du monde; point de ténèbres en lui. Précieuse lumière! Vivons sous cette lumière. Disons adieu à la tristesse et aux murmures. Réjouissez-vous toujours dans le Seigneur; je le répète: réjouissez-vous. — The Health Reformer, octobre 1877; Messages choisis 2:313, 314. {EMS2 479.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 479.3

Un antidote contre la tristesse — Dieu a un baume pour toutes les blessures. Il y a un baume en Galaad, et aussi un médecin. Ne voulez-vous pas étudier les Ecritures comme jamais auparavant? A chaque moment critique recherchez la sagesse du Seigneur. A chaque épreuve demandez à Jésus de vous indiquer une issue, pour que, vos yeux étant ouverts, vous aperceviez le remède et vous puissiez vous appliquer les promesses bienfaisantes contenues dans sa Parole. De cette manière l'ennemi n'aura aucun moyen de vous jeter dans les lamentations et dans l'incrédulité; bien au contraire, vous 480Trouverez foi, espoir et courage dans le Seigneur. Le Saint Esprit vous communiquera le discernement nécessaire pour vous permettre de voir et de vous approprier chaque promesse qui sera un antidote à votre douleur, un rameau de guérison contre toute goutte d'amertume placée sur vos lèvres. Chaque goutte d'amertume sera tempérée par l'amour de Jésus; au lieu de plaintes amères vous constaterez que l'amour et la grâce de Jésus se mêleront à vos douleurs et les transformeront en une joie sainte, pleine de soumission. — Lettre 65a, 1894; Messages choisis 2:313. {EMS2 479.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 480.1

Ce qui cause l'angoisse de l'âme — C'est l'angoisse de se sentir privé de la faveur de son Père qui rendit les souffrances du Christ si aiguës. "En proie à l'angoisse..., sa sueur devint comme des grumeaux de sang, qui tombaient à terre." Luc 22:44. Son angoisse terrible, causée par la pensée qu'en cette heure critique, Dieu l'avait abandonné, illustre l'angoisse que le pécheur éprouvera lorsque — trop tard — il s'apercevra que l'Esprit de Dieu s'est retiré de lui. — Manuscrit 134, 1905. {EMS2 480.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 480.2

L'heure où les élus comprendront enfin — L'histoire de cette terre ne sera comprise par l'homme que lorsqu'il marchera aux côtés de son Rédempteur dans le paradis de Dieu. "Car l'Agneau qui est au milieu du trône les fera paître et les conduira aux sources des eaux de la vie, et Dieu essuiera toute larme de leurs yeux." Apocalypse 7:17. — Manuscrit 28, 1898. {EMS2 480.2}

481

Chapitre 50 — Les soucis et l'anxiété

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 481.1

La vraie cause du mal — Ce n'est pas le travail qui tue, mais le souci. Le seul moyen d'y échapper est de confier tous nos ennuis à Jésus Christ. Ne regardons pas au côté sombre des choses. Cultivons plutôt la bonne humeur. — Lettre 208, 1903. {EMS2 481.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 481.2

Ceux qui entretiennent des pensées négatives — Il est des personnes qui vivent de crainte et d'appréhension. Chaque jour elles sont entourées des preuves de l'amour de Dieu; chaque jour elles jouissent des largesses de sa providence, mais elles ne voient pas les bénédictions présentes. Leurs pensées se portent continuellement sur les contrariétés qu'elles craignent pour l'avenir, ou sur des difficultés que leur imagination grossit à un tel point que les nombreux sujets de gratitude sont éclipsés. Les obstacles qu'elles rencontrent, au lieu de les rapprocher de Dieu, l'unique Rocher de leur secours, les séparent de lui, parce qu'ils éveillent l'incertitude et la disposition au murmure. — Le Meilleur Chemin, 119, 120 (1892). {EMS2 481.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 481.3

Ce qui alourdit les fardeaux — Je crains surtout que nous 482risquions, par nos soucis, de nous fabriquer des jougs. Ne nous tourmentons pas, car ainsi, nous alourdissons notre joug et notre fardeau. Tout ce que nous faisons, faisons-le sans nous inquiéter, mais en nous confiant en Christ. Etudions ses paroles. "Tout ce que vous demanderez avec foi par la prière, vous le recevrez." Matthieu 21:22. Ces mots renferment la promesse que tout ce qu'un Sauveur tout-puissant peut prodiguer sera accordé à ceux qui se confient en lui. En tant qu'économes des grâces du ciel, nous devons demander avec foi, et attendre avec confiance le salut de Dieu. Nous ne devons pas le devancer et essayer, par nos propres forces, d'obtenir ce que nous désirons. Nous devons demander en son nom, et agir comme si nous croyions en son efficacité. — Lettre 123, 1904. {EMS2 481.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 482.1

Contraire aux desseins de Dieu — Il n'entre pas dans les desseins de Dieu que ses enfants soient tracassés par les soucis. — Le Meilleur Chemin, 120 (1892). {EMS2 482.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 482.2

Conséquences fâcheuses de l'anxiété — Les torts une fois réparés, on peut présenter au Seigneur, avec une foi sereine, les besoins du malade. Dieu connaît chacun par son nom; il prend soin de chaque individu comme s'il était le seul pour lequel il ait donné son Fils. Ce grand amour, cette bonté fidèle, devrait encourager les malades à mettre en lui leur confiance. L'anxiété entraîne la faiblesse et la maladie. Il faut donc bannir les sentiments déprimants pour que les chances de guérison soient plus grandes. "L'œil de l'Eternel est sur ceux qui le craignent, sur ceux qui espèrent en sa bonté." Psaumes 33:18. — Le ministère de la guérison, 196, 197 (1905). {EMS2 482.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 482.3

Message adressé à Marian Davis, secrétaire d'Ellen White — Je pense à vous et regrette que votre esprit soit troublé. Je voudrais vous consoler si possible. Est-ce que Jésus, notre précieux Sauveur, n'a pas été pour vous, en maintes occasions, un secours efficace en temps utile? N'attristez pas le Saint Esprit, cessez de vous inquiéter. C'est ce 483que vous avez souvent recommandé à d'autres. Puissent ceux qui ne sont pas malades comme vous vous réconforter;

que le Seigneur vous vienne en aide, c'est ma prière. — Lettre 365, 1904; Messages choisis 2:290. {EMS2 482.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 483.1

Rester dans les bras du Sauveur — Si nous habituions nos âmes à avoir davantage de foi, d'amour et de patience, à nous confier plus pleinement dans notre Père céleste, nous aurions plus de sérénité et de joie pour traverser les difficultés de la vie. Il ne plaît pas à Dieu que nous nous tourmentions, détachés des bras de Jésus. Il est la seule source de toute grâce, la réalisation de toute promesse et de toute bénédiction... Sans le Christ, notre pèlerinage serait en effet bien solitaire. Il nous dit: "Je ne vous laisserai pas orphelins, je viens vers vous." Jean 14:18. Sachons apprécier ses paroles, croyons en ses promesses, rapppelons-nous les pendant le jour et méditons-les pendant la nuit, et soyons heureux. — Manuscrit 75, 1893; Our High Calling, 120. {EMS2 483.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 483.2

Calme et confiance — Détournons-nous des sentiers poussiéreux et surchauffés de la vie, et allons nous reposer à l'ombre de l'amour du Sauveur. C'est là que nous recevrons la force nécessaire pour continuer la lutte, que nous apprendrons à délaisser nos soucis et à chanter les louanges de Dieu. Que ceux qui sont fatigués et chargés reçoivent de Jésus une leçon de calme et de confiance. Qu'ils viennent s'asseoir à son ombre s'ils veulent posséder la paix et le repos. — Témoignages pour l'Église 3:125 (1902). {EMS2 483.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 483.3

La part de Dieu et celle de l'homme — Lorsque nous prenons en main la direction de nos affaires personnelles, comptant sur notre propre sagesse pour réussir, et cherchons à les porter sans son aide, nous nous chargeons d'un fardeau que Dieu ne nous destinait pas. Nous nous mettons ainsi à sa place et endossons la responsabilité qui lui incombe. C'est alors que nous pouvons nous inquiéter sérieusement et appréhender ennuis et pertes, car ils viendront certainement. Mais 484si nous croyons vraiment que Dieu nous aime et qu'il désire notre bien, nous cesserons de nous agiter au sujet de l'avenir. Nous nous abandonnerons à lui comme un enfant s'abandonne à son père qui l'aime. Nos soucis et nos tourments s'évanouiront alors car nos désirs devenus conformes à la volonté de Dieu se confondront avec elle. — Heureux ceux qui, 82. {EMS2 483.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 484.1

Une attitude sécurisante — Il est sécurisant de se confier sans cesse en Dieu; on n'est pas alors constamment dans la crainte de difficultés futures. Ce souci et cette anxiété perpertuels disparaîtront. Nous avons un Père céleste qui prend soin de ses enfants, un Père dont la grâce se révélera suffisante en cas de besoin. — Testimonies for the Church 2:72 (1868). {EMS2 484.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 484.2

Se confier en Dieu pour l’avenir — Bien des personnes s’étonnent de l’incrédulité et des murmures d’Israël, et se disent qu’à sa place elles n’auraient pas été aussi ingrates. Mais dès qu’elles rencontrent quelque contrariété, elles ne manifestent ni plus de foi ni plus de patience qu’Israël. Si elles passent par des moments pénibles, elles parlent mal des gens ou des choses dont Dieu s’est servi pour les purifier. {EMS2 484.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 484.3

D’autres, dont les besoins actuels sont satisfaits, ne savent pas se confier en Dieu pour l’avenir et sont dans une agitation continuelle à la pensée que l’indigence pourrait les atteindre, ainsi que leurs enfants. D’autres encore, constamment préoccupés de maux possibles, ou grossissant des tracas réels, ne voient plus les nombreux bienfaits de la Providence dont ils devraient être reconnaissants. Les vexations qu’elles rencontrent, et qui devraient les rapprocher de Dieu, seule source de secours, ne font que les en éloigner, parce qu’elles n’éveillent dans leur cœur qu’inquiétude et ressentiment. — Patriarches et prophètes, 297, 298. {EMS2 484.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 484.4

Anxiété exagérée — Dieu ne condamne pas la circonspection dans la conduite des affaires de cette vie, mais le soin fébrile, l’anxiété exagérée accordés à ces choses sont en contradiction avec sa volonté. — The Review and Herald, 1 mars 1887; Conseils à l’économe, 165. {EMS2 484.4}

485

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 485.1

Ce qui est préjudiciable aux forces physiques — Les épreuves et les perplexités de l’apôtre Paul avaient porté atteinte à ses forces physiques. — Conquérants pacifiques, 433. {EMS2 485.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 485.2

La crainte des soi-disant chrétiens — Beaucoup de ceux qui prétendent suivre le Seigneur, au lieu de se confier en Dieu, sont pleins d’anxiété. Ils ne se sont pas donnés complètement à lui et ils reculent devant les conséquences qu’une telle renonciation pourrait impliquer. Mais à moins de s’en remettre à Dieu, ils ne pourront pas trouver la paix. — Le ministère de la guérison, 414 (1905). {EMS2 485.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 485.3

A chaque instant, à chaque heure — Il est une chose contre laquelle je dois vous mettre en garde: ne vous inquiétez pas, ne vous tourmentez pas; cela ne sert à rien. N’essayez pas d’en faire trop. Si vous n’entreprenez pas trop de choses, vous en ferez beaucoup plus que si vous essayez de réaliser de trop nombreux plans. Gardez constamment à l’esprit les paroles du Christ: “Veillez et priez, afin de ne pas entrer en tentation.” Marc 14:38. Le Christ est votre Sauveur personnel. Croyez que sa puissance salvatrice s’exerce en votre faveur instant après

instant, heure par heure. Il est à vos côtés chaque fois que le besoin s'en fait sentir. — Lettre 150, 1903. {EMS2 485.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 485.4

Chaque chose en son temps — Nous voulons agir comme des personnes rachetées par le sang du Christ, et nous nous réjouissons à cause de son sang et à cause du pardon de nos péchés. C'est cela que nous devons faire, et que Dieu nous aide à chasser de notre esprit les images sombres et à penser à celles qui nous donneront de la lumière. Maintenant, je voudrais citer un autre texte: "Ne vous inquiétez de rien." Philippiens 4:6. Qu'est-ce que cela veut dire? Eh bien, ne vous créez pas les difficultés avant qu'elles ne surviennent. Elles viendront bien assez tôt, mes frères. Nous devons penser au présent, et si nous accomplissons comme il faut les devoirs d'aujourd'hui, nous serons dans les dispositions requises pour accomplir ceux de demain. — Manuscrit 7, 1888. {EMS2 485.4}

486

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 486.1

Chercher le royaume et la justice de Dieu — Bien des cœurs gémissent sous le poids des soucis pour vouloir se conformer aux règles du monde. Ils ont décidé de le servir, accepté les embarras qui en résultent, et adopté ses coutumes. Résultat: un caractère déformé, une vie épuisante. Pour donner satisfaction à leurs ambitions et à leurs désirs mondains ils violent leur conscience et se créent ainsi un fardeau supplémentaire, celui du remords. Des préoccupations constantes drainent les forces vitales. {EMS2 486.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 486.2

Notre Seigneur leur demande de se débarrasser de ce joug d'esclavage, de le remplacer par son propre joug. "Mon joug est aisé, dit-il, et mon fardeau léger." Il les exhorte à chercher en premier lieu le royaume et la justice de Dieu, avec l'assurance que toutes les choses nécessaires leur seront ajoutées. {EMS2 486.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 486.3

Celui qui se tourmente est aveugle, incapable de discerner l'avenir, tandis que Jésus voit la fin dès le commencement. Pour chaque difficulté il a un soulagement tout prêt. — Jésus Christ, 321 (1898). {EMS2 486.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 486.4

Une foi invincible — Ne vous tourmentez pas. Si vous vous arrêtez aux apparences, si vous vous plaignez lorsque des difficultés surgissent, vous faites preuve d'une foi faible et maladive. Montrez au contraire, par vos paroles et par vos actes, que votre foi est invincible. Le Seigneur est riche en ressources; il possède le monde entier. C'est de lui que procèdent la lumière, la puissance et l'efficacité. Mettez votre confiance en lui. Il bénira tous ceux qui s'efforcent de répandre la lumière et l'amour. — Témoignages pour l'Église 3:225 (1902). {EMS2 486.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 486.5

Un exemple tiré de la nature — Au lieu d'être anxieux à l'idée que vous ne grandissez pas en grâce, faites simplement tous les devoirs qui se présentent à vous; que votre cœur se charge du fardeau des âmes, et cherchez par tous les moyens à sauver les perdus. Soyez bon, aimable, miséricordieux; parlez avec humilité de la bienheureuse espérance et de l'amour de Jésus; parlez de sa bonté, de sa miséricorde, de sa justice, et cessez de vous soucier de savoir si vous croissez ou 487non [dans la grâce]. Les plantes n'ont pas besoin de se faire du souci pour grandir... La plante ne se soucie pas constamment de sa croissance; elle pousse simplement sous la direction de Dieu. — The Youth's Instructor, 3 février 1898; My Life Today, 103. {EMS2 486.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 487.1

Remède contre l'angoisse — Dieu prend soin de tout ce qu'il a créé... Il ne coule pas de larmes qui échappent à son regard; il n'est pas de sourire qu'il ne remarque. {EMS2 487.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 487.2

Si nous voulions croire en lui, que d'angoisses inutiles pourraient nous être épargnées! Notre vie ne serait pas une suite de désappointements. Toutes choses, grandes ou petites, seraient remises entre les mains de celui qu'aucune multiplicité d'occupations ne tracasse et que n'accable aucun fardeau. Nous jouirions d'un repos d'âme que beaucoup ne connaissent plus depuis longtemps. — Le Meilleur Chemin, 84 (1892). {EMS2 487.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 487.3

Tous autant que nous sommes, nous aspirons tellement au bonheur, mais peu le trouvent parce qu'ils ne le cherchent pas comme il convient. Nous devons déployer tous nos efforts et mêler la foi à tous nos désirs. Alors le bonheur viendra presque automatiquement... Lorsque nous pouvons, malgré les circonstances adverses, nous reposer sur son amour et nous réfugier en lui, nous confiant pleinement en son amour, le sentiment de sa présence nous inspirera une joie profonde et sereine. Une telle expérience nous permettra d'acquérir une foi qui nous met à même de ne pas nous inquiéter, de ne pas nous tourmenter, mais de dépendre d'une puissance infinie. — Lettre 57, 1897; My Life Today, 184. {EMS2 487.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 487.4

La valeur d'un principe — Ceux qui par principe placent le service et l'honneur de Dieu au-dessus de tout, verront s'évanouir leurs perplexités et s'ouvrir devant eux un sentier nivelé. — Jésus Christ, 321 (1898). {EMS2 487.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 487.5

Aujourd'hui prépare demain — S'acquitter fidèlement de ses devoirs aujourd'hui, c'est se préparer aux épreuves de demain. Ne soyez pas inquiets au sujet des difficultés qui vous

attendent, ce serait augmenter vos soucis présents. “A chaque 488jour suffit sa peine”. Matthieu 6:34. — Le ministère de la guérison, 415 (1905). {EMS2 487.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 488.1

Dieu ne nous donne qu’un jour à la fois, pendant lequel nous devons vivre pour lui. C’est pour ce jour-là que nous devons soumettre au Sauveur nos projets et nos besoins en vue d’un service fidèle, nous déchargeant sur lui de tous nos soucis car il prend soin de nous. “Je connais les projets que j’ai formés sur vous, dit l’Eternel, projets de paix et non de malheur, afin de vous donner un avenir et de l’espérance.” Jérémie 29:11. “C’est dans la tranquillité et le repos que sera votre salut, c’est dans le calme et la confiance que sera votre force.” Ésaïe 30:15. — Heureux ceux qui, 83. {EMS2 488.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 488.2

Ne nous tourmentons pas à propos des difficultés du lendemain. Portons avec courage et bonne humeur les fardeaux d’aujourd’hui. Nous devons avoir la foi et la confiance nécessaires pour aujourd’hui, mais il ne nous est pas demandé de vivre plus d’un jour à la fois. Celui qui donne la force nécessaire pour aujourd’hui donnera aussi la force pour demain. — The Signs of the Times, 5 novembre 1902; In Heavenly Places, 269. {EMS2 488.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 488.3

“A chacun selon sa capacité” — Notre Père céleste mesure chaque épreuve avant de permettre qu’elle n’atteigne le croyant. Il tient compte des circonstances et de la force de celui qui est appelé à être éprouvé par Dieu, et ne permet jamais que les tentations dépassent la capacité de résistance de chacun. Si l’âme est vaincue, si elle est subjuguée, il ne faut pas en accuser Dieu, sous prétexte qu’il n’aurait pas donné la force spirituelle voulue; la responsabilité en incomberait à celui qui a été tenté, mais qui n’a pas été vigilant dans la prière et ne s’est pas approprié par la foi les abondantes ressources que le Seigneur tenait en réserve pour lui. Le Christ n’a jamais abandonné un croyant à l’heure du combat. Celui-ci doit se réclamer de la promesse divine et affronter l’ennemi au nom du Seigneur, et il ne connaîtra jamais la défaite. — Manuscrit 6, 1889. {EMS2 488.3}

489

Chapitre 51 — La peur

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 489.1

Esclaves de la crainte — Des millions d’êtres humains sont asservis à de fausses religions, esclaves d’une crainte servile, ou d’une indifférence stupide, peinant comme des bêtes de somme, privés ici-bas d’espérance, de joie et d’aspirations, et n’entretenant qu’une vague inquiétude au sujet de l’au-delà. Seul, l’Evangile de la grâce divine peut relever l’âme. — Jésus Christ, 476 (1898). {EMS2 489.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 489.2

Mille craintes concernant l'avenir — Nombreux sont ceux qui négligent d'amasser un trésor dans le ciel en faisant du bien par les moyens que le Seigneur a mis à leur disposition. Ils ne se confient pas en Dieu et nourrissent mille craintes concernant l'avenir. Comme les enfants d'Israël, ils ont des cœurs mauvais et incrédules. {EMS2 489.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 489.3

Dieu avait abondamment pourvu son peuple selon ses besoins, mais celui-ci appréhendait le malheur pour son avenir. Les Israélites se lamentaient et murmuraient au cours de leurs déplacements, disant que Moïse les avait conduits hors d'Egypte pour les faire mourir de faim, eux et leurs enfants. 490Des désirs imaginaires empêchaient leurs yeux et leurs cœurs de voir les bontés et la miséricorde divines au cours de leurs pérégrinations, et ils se montraient ingrats envers toutes ses largesses. {EMS2 489.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 490.1

Ainsi en est-il de ceux qui se prétendent le peuple de Dieu en ce temps d'incrédulité et de dégénérescence. Ils craignent de tomber dans la gêne, que leurs enfants ne soient dans le besoin ou que leurs petits-enfants ne deviennent indigents. Ils ne font pas confiance à Dieu. Ils n'ont pas une foi authentique en lui qui leur a cependant prodigué les bénédictions et les avantages de la vie, et qui leur a donné des talents pour servir à sa gloire et à l'avancement de sa cause. — Testimonies for the Church 2:656, 657 (1871). {EMS2 490.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 490.2

La tactique de Satan — Jamais le Seigneur ne violente la volonté ni la conscience de l'homme. Le Malin, au contraire, a toujours recours à la force brutale pour vaincre ceux qu'il peut séduire. Par la crainte et la force, il s'efforce de diriger la conscience et de recevoir les honneurs. Dans ce but, il agit par le moyen des autorités religieuses et séculières, les poussant à formuler des lois défiant les lois divines. — La tragédie des siècles, 640, 641. {EMS2 490.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 490.3

La peur aggrave les difficultés — Si, avant de croire, nous prenons conseil de nos doutes et de nos craintes, ou si nous voulons résoudre tous les points qui pourraient nous paraître obscurs, nos difficultés ne feront qu'augmenter. Mais si nous venons à Dieu dans le sentiment de notre impuissance et de notre dépendance; si, avec une foi humble et confiante, nous exposons nos besoins à celui dont la sagesse est infinie, à celui qui voit tout, il entendra nos cris, il fera briller sa lumière dans nos cœurs. Par la prière sincère, nous sommes mis en rapport avec la Sagesse infinie. Nous pouvons ne pas avoir, au moment où nous prions, de preuve spéciale que le Seigneur se penche sur nous avec compassion et amour; mais c'est néanmoins le cas. Nous pouvons ne pas sentir son attouchement, mais sa main est sur nous, et cette main nous assure de son amour et de ses tendres compassions. — Le Meilleur Chemin, 95 (1892). {EMS2 490.3}

491

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 491.1

Une cause de maladie pour le corps et pour l'esprit — Le sentiment d'insatisfaction et la disposition à se plaindre continuellement sont une cause de maladie pour le corps et pour l'esprit. Ceux qui en sont affligés ne possèdent pas l'espérance qui pénètre au-delà du voile et qui est comme une ancre qui donne à l'âme le sentiment de sécurité. Tous ceux qui possèdent cette espérance se purifient comme Dieu lui-même est pur. Délivrés des inquiétudes, des murmures et des mécontentements, ils ne sont pas sans cesse à l'affût du mal possible et ne passent pas leur temps à nourrir quelque chagrin imaginaire. Beaucoup de gens se croient sur le point de passer par de grandes épreuves; l'angoisse se lit sur leurs traits; ils semblent ne pouvoir trouver aucune consolation, mais redoutent continuellement quelque mal effroyable. — Témoignages pour l'Église 1:202 (1867). {EMS2 491.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 491.2

Cultiver la joie — Il vous faut avoir une claire conception de l'Evangile. La vie religieuse n'est pas faite d'obscurité et de tristesse, mais de paix et de joie, qui vont de pair avec une grandeur d'âme et un profond sens du sacré semblables à ceux du Christ. Le Sauveur ne nous encourage pas à cultiver le doute et la crainte ou à entretenir des pensées sombres sur l'avenir; tout cela ne soulage aucunement les cœurs, et, au lieu d'être prôné, devrait être blâmé. Il est possible de manifester une joie indicible et glorieuse. — Manuscrit 6, 1888; Evangelism, 168. {EMS2 491.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 491.3

La foi mise à l'épreuve — Le Seigneur nous place fréquemment dans des situations difficiles pour nous inciter à déployer de plus grands efforts. Sa providence permet que des ennuis particuliers surviennent pour mettre notre patience et notre foi à l'épreuve. Dieu nous donne ainsi des leçons de confiance. Il veut nous faire comprendre à qui nous devons nous adresser pour obtenir l'aide et la force nécessaires en cas de besoin. Nous obtenons de cette manière une connaissance pratique de sa volonté qui nous est si nécessaire dans l'expérience de la vie. La foi devient ainsi plus forte lorsqu'elle est en conflit direct avec le doute et la crainte. — Testimonies for the Church 4:116, 117 (1876). {EMS2 491.3}

492

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 492.1

La crainte est une forme d'incrédulité — De même que Jésus se reposa, par la foi, sur les soins de son Père, de même nous devons nous reposer sur les soins de notre Sauveur. Si les disciples s'étaient confiés en lui, ils auraient conservé la paix. L'incrédulité fut la cause de leurs craintes au moment du danger. Leurs efforts pour se sauver leur firent oublier Jésus; c'est seulement alors que, désespérant d'eux-mêmes, ils se tournèrent vers lui, qu'il put leur venir en aide. {EMS2 492.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 492.2

Combien de fois nous faisons l'expérience des disciples! Quand éclatent les tempêtes de la tentation, quand l'éclair brille et que les vagues déferlent sur nous, nous combattons seuls contre l'orage, oubliant qu'il y a quelqu'un qui peut nous aider. Nous nous confions en nos propres forces jusqu'à ce que, ayant perdu tout espoir, nous soyons prêts de périr. Alors nous nous souvenons de Jésus, et notre cri ne sera pas vain. Même s'il reprend avec tristesse notre incrédulité et notre confiance en nous-mêmes, il ne manque jamais de nous donner l'aide dont nous avons besoin. Sur terre ou sur mer, nous ne devons rien redouter, si nous avons le Sauveur avec nous. Une foi vivante au Rédempteur calmera la mer de la vie et nous délivrera du danger par les moyens qu'il jugera les meilleurs. — Jésus Christ, 327 (1898). {EMS2 492.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 492.3

Eviter toute manifestation de crainte devant les malades — Il faut que ceux qui soignent les malades comprennent bien la valeur des lois de la santé. L'obéissance à ces lois n'est jamais plus impérieuse que dans la chambre du malade. Nulle part la fidélité dans les petites choses n'a une aussi grande importance. Lorsqu'il s'agit d'un cas grave, la moindre négligence, la plus légère inattention, toute manifestation de crainte, de nervosité, d'impatience ou même d'indifférence peut faire pencher le plateau de la balance qui oscille entre la vie et la mort, et provoquer un dénouement fatal, alors que la guérison eût été possible. — Le ministère de la guérison, 189 (1905). {EMS2 492.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 492.4

Le manque de foi contriste le Saint Esprit — La foi prend Dieu au mot; elle ne demande pas le sens des expériences 493douloureuses par lesquelles elle est appelée à passer. Mais grand est le nombre de ceux qui ont peu de foi. Ils sont constamment dans la crainte et se créent des difficultés. Ils sont chaque jour environnés des témoignages de l'amour de Dieu; chaque jour ils sont comblés des bienfaits de sa providence, et ils ne voient pas leurs bénédictions. Les obstacles qu'ils rencontrent, au lieu de les amener à Dieu, les séparent de lui en provoquant chez eux un esprit inquiet et le murmure... Jésus est leur ami. Le ciel tout entier s'intéresse à leur bien, et leurs craintes et leurs murmures contristent le Saint-Esprit. Ce n'est pas parce que l'on voit ou sent que Dieu exauce qu'il faut croire. Il faut se confier en ses promesses. Quand on va à lui avec foi, il faut croire que toutes les requêtes touchent le cœur du Christ. Quand on a demandé une bénédiction, il faut croire qu'on l'a reçue et en remercier Dieu. On peut ensuite reprendre ses occupations, assuré que la bénédiction sera envoyée quand on en aura le plus pressant besoin. Celui qui agira de la sorte verra l'exaucement de ses prières. Dieu fera pour nous au-delà de tout ce que nous pouvons demander ou penser, "selon la richesse de sa gloire", "selon l'infinie grandeur de sa puissance". Ephésiens 3:20, 16; 1:19. — Ministère évangélique, 255, 256 (1915). {EMS2 492.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 493.1

Crainte et sentiment de culpabilité — "Aaron et tous les enfants d'Israël, en apercevant Moïse, virent rayonner la peau de son visage, et ils n'osèrent pas s'approcher de lui." Exode 34:30. Devant leur confusion et leur terreur, mais n'en connaissant pas la cause, Moïse, d'une

voix tendre et suppliante, les invita avec insistance à s'approcher de lui; il leur présenta le gage de la réconciliation qu'il tenait entre ses mains, et les assura de la restitution de la faveur divine. Finalement, quelqu'un osa s'approcher; mais haletant et sans voix, il se borna à indiquer de la main le visage de Moïse, puis le ciel. Alors le libérateur comprit, et "mit un voile sur son visage". Dans son état de consciente culpabilité, Israël ne pouvait supporter la vue d'une lumière céleste qui aurait dû le remplir de joie. Le pécheur est craintif devant cette lumière, 494alors qu'une âme purifiée ne désire pas s'y soustraire. — Patriarches et prophètes, 302 (1890). {EMS2 493.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 494.1

Vaincre la peur — Seul le sentiment de la présence de Dieu vaincra la peur de l'enfant craintif pour qui la vie serait un fardeau. Aidons-le à graver dans sa mémoire cette promesse: "L'ange de l'Eternel campe autour de ceux qui le craignent, et il les délivre." Psaumes 34:8. Faisons-lui lire la merveilleuse histoire d'Elisée qui, dans la ville située sur la montagne, fut protégé des chevaux, des chars, de la troupe ennemis par les chevaux et les chars de feu de l'Eternel. L'histoire de Pierre, emprisonné, condamné à mort, à qui l'ange de Dieu apparut et qui fut par lui guidé en lieu sûr, loin des gardes en armes, des lourdes portes, de l'énorme portail d'entrée muni de barres et de verrous. Et ce passage où, sur la mer déchaînée, Paul, prisonnier, appelé à être jugé et exécuté, adresse aux soldats et aux marins épuisés par les efforts et le manque de sommeil et de nourriture ces paroles d'encouragement et d'espoir: "Je vous exhorte à prendre courage; car aucun de vous ne perdra la vie... Un ange de Dieu, à qui j'appartiens et rends un culte, s'est approché de moi cette nuit et m'a dit: Sois sans crainte, Paul; il faut que tu comparaisses devant César, et voici: Que Dieu t'accorde la grâce de tous ceux qui naviguent avec toi". Actes 27:22-24. Confiant en cette promesse, Paul exhorta ses compagnons: "Personne de vous ne perdra un cheveu de sa tête". Actes 27:34. Il en fut ainsi. Parce qu'il se trouvait sur ce bateau un homme par qui Dieu pouvait agir, tous les soldats et les marins furent sauvés: "Tous parvinrent à terre sains et saufs". Actes 27:44. — Education, 288 (1903). {EMS2 494.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 494.2

Le Seigneur ne nous berce pas d'illusions — Il n'entre pas dans les desseins de Dieu que ses enfants soient tracassés par les soucis. Par contre, notre Dieu ne nous trompe pas. Il ne nous dit pas: "Ne craignez point; il n'y a pas de dangers sur votre route." Il sait que nous aurons des épreuves et des dangers à affronter, et il est franc avec nous. Il ne se propose 495pas de retirer ses enfants hors d'un monde de péché et de corruption; mais il leur montre un refuge assuré. Le Sauveur a prié ainsi en faveur de ses disciples: "Je ne te prie pas de les ôter du monde, mais de les préserver du mal." "Vous aurez des tribulations dans le monde, dit-il; mais prenez courage, j'ai vaincu le monde." Jean 17:15; 16:33. — Le Meilleur Chemin, 120, 121 (1892). {EMS2 494.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 495.1

Les regards fixés sur le Christ — Détournez vos regards de vous-même et reportez-les sur Jésus. Bien que vous ayez conscience d'être un pécheur, vous pouvez reconnaître que le Christ

est votre Sauveur. Il est venu appeler à la repentance non des justes, mais des pécheurs. Satan présentera à l'esprit humain des difficultés et des suggestions pour affaiblir la foi et détruire le courage. Il dispose de mille et une tentations susceptibles d'accabler l'esprit l'une après l'autre; mais en analysant vos émotions et en vous laissant aller à vos sentiments, vous cultivez le doute et vous livrez aux affres du désespoir. Vous pouvez vous demander: Comment répondrai-je à de si terribles suggestions? Chassez-les de votre esprit en regardant, en contemplant les profondeurs incomparables de l'amour du Sauveur. Qu'ils soient bons ou mauvais, tristes ou encourageants, ne mettez pas l'accent sur vos sentiments, n'en parlez pas, ne les exagérez pas. — Lettre 41, 1893. {EMS2 495.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 495.2

La confiance en Jésus peut vaincre la peur — Jésus nous appelle à venir à lui; il déchargera nos épaules fatiguées et mettra sur nous son joug, qui est doux, et son fardeau, qui est léger. Le chemin dans lequel il nous invite à marcher ne nous aurait jamais coûté une seule souffrance si nous l'avions toujours suivi. C'est lorsque nous nous écartons du sentier du devoir que le chemin devient difficile et épineux. Les sacrifices que nous devons consentir pour suivre le Christ sont autant de petits pas que nous devons faire sur le sentier de la lumière, de la paix et de la joie. C'est le laisser-aller qui engendre les doutes et les craintes, et plus nous nous laissons aller, plus il nous est difficile de vaincre. Mieux vaut renoncer 496à tout soutien terrestre et saisir la main de celui qui sauva le disciple sur le point de se noyer dans la mer agitée. — Testimonies for the Church 4:558 (1881). {EMS2 495.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 496.1

Jésus porte nos fardeaux — Placez constamment devant Dieu vos besoins, vos joies, vos tristesses, vos soucis et vos craintes. Vous ne le fatiguerez pas; vous ne pourrez jamais le lasser... Son cœur est touché par nos douleurs, et par le récit même que nous lui en faisons. Apportez-lui tous vos sujets de préoccupation. Rien n'est trop lourd pour celui qui soutient les mondes et dirige l'univers. Rien de ce qui touche à notre paix ne lui est indifférent. Il n'est pas dans notre vie chrétienne de chapitre trop sombre pour qu'il en prenne connaissance, ni de problème si troublant qu'il n'en trouve la solution. Nulle calamité ne fond sur le moindre de ses enfants, nulle angoisse ne torture son âme, nulle joie ne le ranime, nulle prière sincère ne monte de ses lèvres, sans que notre Père céleste y soit attentif et y prenne un intérêt immédiat... Les rapports entre chaque âme et Dieu sont aussi intimes que s'il n'y avait que cette seule âme pour laquelle il ait donné son Fils bien-aimé. — Le Meilleur Chemin, 98 (1892). {EMS2 496.1}

497

Chapitre 52 — La dépression*

Voir Appendices A et B.

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 497.1

Bien des maladies proviennent de la dépression — Un esprit satisfait et joyeux est la santé pour le corps et la force pour l'âme. Rien ne contribue davantage à la maladie que la dépression, la mélancolie et la tristesse. — Testimonies for the Church 1:702 (1868). {EMS2 497.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 497.2

Bien des maladies dont souffrent les gens sont dues à la dépression mentale. — Le ministère de la guérison, 207 (1905). {EMS2 497.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 497.3

Ce qui favorise la guérison — Dieu connaît chacun par son nom; il prend soin de chaque individu comme s'il était le seul pour lequel il ait donné son Fils. Ce grand amour, cette bonté fidèle devrait encourager les malades à mettre en lui leur confiance. L'anxiété entraîne la faiblesse et la maladie. Il faut donc bannir les sentiments déprimants pour que les chances de guérison soient plus grandes. "L'œil de l'Eternel est sur ceux qui le craignent, sur ceux qui espèrent en sa bonté." Psaumes 33:18. — Le ministère de la guérison, 196, 197 (1905). {EMS2 497.3}

498

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 498.1

Causes de dépression — Certains font preuve d'une réserve froide, glaciale, d'une raideur implacable, et repoussent ceux qui sont soumis à leur influence. Cet état d'esprit est contagieux; il crée une atmosphère qui altère les bonnes impulsions et les bonnes résolutions; il bloque l'élan naturel de la sympathie, de la cordialité et de l'amour humains; sous son influence, les gens deviennent crispés, et leurs traits sociaux et généreux s'étiolent, faute d'être exercés. {EMS2 498.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 498.2

Ce n'est pas seulement la santé spirituelle qui est affectée, mais la santé physique souffre de cette dépression anormale. La tristesse et la froideur de cette atmosphère insociable se reflète dans le comportement. Le visage de ceux qui sont bienveillants et sympathiques brillera du reflet de la vraie bonté, tandis que le visage de ceux qui ne cultivent pas des pensées bienveillantes et des motivations généreuses reflète les sentiments de leurs cœurs. — Testimonies for the Church 4:64 (1876). {EMS2 498.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 498.3

Effets de la mauvaise aération — Les effets produits par le fait de vivre dans des pièces mal aérées sont les suivants: l'organisme devient faible et en mauvaise santé, la circulation se fait mal car le sang circule difficilement parce qu'il n'est ni purifié ni vivifié par l'air pur du ciel. L'esprit devient abattu et triste tandis que tout l'organisme est affaibli, ce qui risque de produire de la fièvre et d'autres troubles graves. — Testimonies for the Church 1:702, 703 (1868). {EMS2 498.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 498.4

Importance de la respiration — On devrait laisser aux poumons la plus grande liberté possible. Lorsqu'ils fonctionnent normalement, leur capacité s'accroît; elle diminue s'ils sont gênés ou comprimés. De là les mauvais effets de la pratique si courante, surtout dans les travaux sédentaires, de se tenir penché sur son ouvrage. Dans cette position il est impossible de respirer profondément. La respiration superficielle devient bientôt une habitude, et les poumons perdent leur élasticité... {EMS2 498.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 498.5

C'est ainsi que la quantité d'oxygène reçue est insuffisante. Les déchets toxiques qu'il leur faut éliminer par les 499expirations sont retenus, le sang circule lentement et devient impur. Et ce ne sont pas les poumons seuls qui souffrent de cet état de choses, mais encore l'estomac, le foie et le cerveau. La peau devient jaune, la digestion se ralentit, le cœur s'affaiblit, le cerveau s'obscurcit: les pensées deviennent confuses, et l'esprit est envahi par des idées noires. L'organisme tout entier est déprimé et devient particulièrement sujet à la maladie. — Le ministère de la guérison, 230 (1905). {EMS2 498.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 499.1

La bonne respiration calme les nerfs — Pour avoir un sang pur, il faut respirer convenablement. Des inspirations profondes au grand air apportent aux poumons l'oxygène qui purifie le liquide nourricier. Celui-ci prend dès lors une teinte rouge vif, et va porter la vie dans toutes les parties du corps. Une bonne respiration calme les nerfs, stimule l'appétit, facilite la digestion et assure un sommeil paisible et réparateur. — Le ministère de la guérison, 229, 230 (1905). {EMS2 499.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 499.2

Ce dont Ellen White a souffert*

Voir Messages choisis 2:267-281, "Courage au sein de l'affliction".

— J'ai été gravement affectée par la maladie. Pendant des années, j'ai souffert d'hydropisie et de troubles cardiaques, qui avaient tendance à briser mon moral et à détruire ma foi et mon courage. — Testimonies for the Church 1:185 (1859). {EMS2 499.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 499.3

L'excitation artificielle engendre la dépression — Par suite de l'intempérance pratiquée à la maison, les organes digestifs sont affaiblis, et bientôt, la nourriture ordinaire ne satisfait plus l'appétit. On prend alors des habitudes malsaines, et l'on éprouve le besoin d'absorber une nourriture stimulante. Le thé et le café produisent un effet immédiat. Sous l'influence de ces poisons, le système nerveux est excité; parfois même, l'intelligence semble temporairement stimulée et l'imagination plus vive. Parce que ces stimulants produisent des résultats aussi

agréables, nombreux sont ceux qui en déduisent 500qu'ils en ont réellement besoin; mais il y a toujours un contrecoup. {EMS2 499.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 500.1

Le système nerveux a puisé pour le présent de l'énergie dans ses réserves futures, et cette vivification temporaire est suivie par une dépression correspondante. La rapidité de l'aide obtenue par le thé et le café prouve que ce qui paraît être de l'énergie n'est en réalité qu'une excitation nerveuse qui ne peut qu'être nuisible à l'organisme. — Christian Temperance and Bible Hygiene, 31 (1890); Child Guidance, 403. {EMS2 500.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 500.2

Message adressé à un mari — Quand vous vous êtes marié, votre femme vous aimait. Elle était extrêmement sensible; cependant, si vous aviez fait des efforts, et si elle s'était montrée courageuse, sa santé n'aurait pas été ce qu'elle est aujourd'hui. Mais votre grande froideur a fait de vous un véritable iceberg, bloquant ainsi le chemin de l'amour et de la tendresse. Vos reproches et vos critiques ont été comme un déferlement de grêle sur une plante fragile qui l'a gelée et presque détruite. Votre amour du monde réduit à néant vos bons traits de caractère. {EMS2 500.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 500.3

Votre femme est différente; elle est plus généreuse. Mais lorsque, même sur des questions mineures, elle a voulu manifester sa générosité, vos sentiments se sont refroidis et vous l'avez blâmée. Vous laissez libre cours à un esprit maussade et renfermé. Vous donnez à votre femme le sentiment qu'elle est une charge, un fardeau, et qu'elle n'a pas le droit d'exercer sa générosité en dépensant un peu. Tout cela est tellement affligeant qu'elle est désespérée, désemparée, et elle n'a pas l'énergie nécessaire pour le supporter, mais elle se courbe sous la force du vent. Elle souffre d'une maladie des nerfs. Si sa vie de femme mariée était agréable, elle jouirait d'une bonne santé. Mais tout au long de votre vie conjugale, le démon a été un invité dans votre famille où il s'est réjoui de votre détresse. — Testimonies for the Church 1:696 (1868). {EMS2 500.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 500.4

Savoir maîtriser les pulsions sexuelles — De très nombreuses familles vivent dans un état lamentable parce que le 501mari et père permet à sa nature animale de dominer sur sa nature intellectuelle et morale. Il en résulte fréquemment un sentiment de langueur et de découragement, mais on en discerne rarement la cause, qui est le fruit d'une mauvaise façon d'agir. Nous avons envers Dieu l'obligation solennelle de garder notre esprit pur et notre corps en bonne santé, afin que nous soyons un bienfait pour l'humanité et que nous rendions au Seigneur un service parfait. {EMS2 500.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 501.1

L’apôtre Paul nous adresse cet avertissement: “Que le péché ne règne donc pas dans votre corps mortel, et n’obéissez pas à ses convoitises.” Romains 6:12. Par ailleurs, il écrit: “Tout lutteur s’impose toute espèce d’abstinences.” 1 Corinthiens 9:25. Il exhorte également tous ceux qui se réclament du nom de chrétiens à offrir leurs corps “comme un sacrifice vivant, saint, agréable à Dieu” (Romains 12:1), et déclare: “Je traite durement mon corps et je le tiens assujetti, de peur, après avoir prêché aux autres, d’être moi-même disqualifié.” 1 Corinthiens 9:27. — Testimonies for the Church 2:381 (1870). {EMS2 501.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 501.2

Un découragement temporaire peut suivre un succès — Une réaction, telle qu’il s’en produit fréquemment après les périodes de foi ardente et de victoires spirituelles, menaçait Elie. Il redoutait que la réforme commencée sur le Carmel ne fût pas durable, et le découragement l’envahit. Il s’était élevé sur le sommet de Pisga; maintenant il était redescendu dans la vallée. Animée par l’inspiration divine, sa foi avait résisté à la plus terrible épreuve; mais à cette heure sombre, alors que retentissaient encore à ses oreilles les menaces de Jézabel et que Satan semblait favoriser le projet de la reine malfaisante, le prophète perdit sa confiance en Dieu. Il avait été élevé au-dessus de toute imagination, et la réaction qui s’ensuivit fut terrible. — Prophètes et rois, 117, 118 (1917). {EMS2 501.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 501.3

Apprendre à dominer ses états dépressifs — La mère doit et peut faire beaucoup pour dominer ses nerfs en période de dépression. Même lorsqu’elle est malade, elle peut, si seulement elle s’y exerce, être aimable et douce et supporter plus 502de bruit qu’elle ne l’aurait jamais cru. Elle ne devrait pas faire sentir à ses enfants ses infirmités et assombrir leurs esprits jeunes et sensibles par son état de dépression, en leur faisant considérer la maison comme un tombeau et la chambre de leur mère comme l’endroit le plus ennuyeux du monde. L’esprit et les nerfs seront tonifiés et fortifiés par l’exercice de la volonté. La puissance de celle-ci s’avérera dans bien des cas le meilleur calmant nerveux. — Témoignages pour l’Église 1:152 (1863). {EMS2 501.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 502.1

D’un extrême à l’autre — Ceux qui ne comprennent pas que c’est un devoir religieux d’habituer l’esprit à méditer sur des sujets encourageants tomberont dans l’un ou l’autre de ces deux extrêmes: ou bien ils seront débordants de joie grâce à une série continuelle de plaisirs excitants, et se livreront à des conversations frivoles, à des rires et à des plaisanteries, ou bien ils seront déprimés par suite de grandes épreuves et de conflits mentaux qu’à leur avis, peu ont vécu ou peuvent comprendre. Ces personnes-là ont beau faire profession de christianisme, elles se trompent elles-mêmes. — The Signs of the Times, 23 octobre 1884; Counsels on Health, 628, 629. {EMS2 502.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 502.2

L’influence de la page imprimée — Mon mari a travaillé sans relâche pour amener l’œuvre des publications au succès qu’elle connaît présentement. J’ai vu qu’il a bénéficié de davantage de sympathie et d’amour de la part de ses frères qu’il ne l’avait pensé. Ils parcourent attentivement le journal afin d’y trouver un article de sa plume. Si ce qu’il écrit est réconfortant, s’il s’exprime sur un ton encourageant, leurs cœurs sont soulagés, certains même vont jusqu’à pleurer de joie. Mais si ses écrits reflètent la morosité et la tristesse, ses frères et sœurs, lorsqu’ils les lisent, sont eux-mêmes attristés: l’esprit qui caractérise ses écrits rejaillit sur eux. — Testimonies for the Church 3:96, 97 (1872). {EMS2 502.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 502.3

Un homme découragé est un fardeau pour lui-même (message destiné à des étudiants en médecine) — J’ai vu le fait que dans votre classe de missionnaires médicaux, il y a ceux 503dont le premier devoir devrait être de se connaître eux-mêmes, de calculer la dépense, pour savoir si, au moment où ils commencent à bâtir, ils auront de quoi achever la construction. Luc 14:28. Que Dieu ne soit pas déshonoré pour avoir démoli l’homme qu’il voulait au contraire éduquer; car un homme abattu, découragé, est un fardeau pour lui-même. {EMS2 502.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 503.1

S’imaginer que dans quelque tâche qu’il [l’étudiant] envisage d’accomplir, Dieu le soutiendra, alors qu’il s’accable d’études, au péril de sa santé et de sa vie et au mépris des lois de la nature, est contraire à la lumière que Dieu a donnée. La nature ne saurait être violée impunément. Elle ne pardonne pas les blessures infligées à la merveilleuse et délicate machine humaine. — Lettre 116, 1898; Medical Ministry, 79. {EMS2 503.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 503.2

Sentiments cachés — Un enfant que l’on reprend fréquemment pour la même faute finit par penser que cette faute lui est personnelle et qu’il ne peut lutter contre elle. C’est ainsi que naissent le découragement et le désespoir, souvent cachés sous l’apparence de l’indifférence et de la bravade. — Education, 323 (1903). {EMS2 503.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 503.3

La nécessité de l’effort — Vous pouvez être une famille heureuse si vous faites ce que Dieu vous a dit et ce qu’il vous a prescrit comme un devoir. Mais le Seigneur n’accomplira pas à votre place la tâche qu’il vous a confiée. Frère C. mérite notre pitié. Il se sent malheureux depuis si longtemps que la vie lui est devenue un fardeau. Point n’est besoin qu’il en soit ainsi. Son imagination est malade, et il a tellement fixé ses yeux sur des images sombres que s’il connaît l’adversité ou la déception, il s’imagine que tout va s’écrouler, qu’il va se trouver dans le besoin, que tout est contre lui et qu’il est plus éprouvé que tout le monde — bref, que sa vie est un vrai malheur. Plus il le pense, plus il rend pitoyable sa propre vie et celle de ceux qui l’entourent. {EMS2 503.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 503.4

Mais il n’a aucune raison de le penser: tout cela est l’œuvre de Satan, et il ne doit pas permettre à l’ennemi de dominer ainsi son esprit. Il doit détourner ses regards des 504images sombres et tristes, et les fixer sur le cher Sauveur, la gloire du ciel, et sur le riche héritage destiné à tous ceux qui sont humbles et obéissants, qui ont des cœurs reconnaissants et ne cessent de se confier dans les promesses de Dieu. Cela lui coûtera un effort, une lutte, mais il le faudra. Votre joie présente et votre bonheur futur et éternel vous sont assurés à condition que vous fixiez votre esprit sur des sujets joyeux, que vous détourniez vos regards des tableaux sombres qui sont imaginaires, afin de méditer sur les bienfaits que Dieu a semés sur votre route, et au-delà de ces bienfaits, sur les choses invisibles et éternelles. — Testimonies for the Church 1:703, 704 (1868). {EMS2 503.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 504.1

Le fruit des appréhensions — Votre vie est malheureuse, pleine de mauvais pressentiments. Des images de tristesse planent sur vous; vous êtes prisonnier d’une sombre incrédulité. En prononçant des propos incrédules, votre obscurité est devenue de plus en plus épaisse; vous prenez un malin plaisir à vous appesantir sur des sujets affligeants. Si d’autres essaient de parler d’espoir, vous détruisez en eux tout sentiment encourageant et en des termes particulièrement implacables. Vous présentez toujours à votre femme vos épreuves et vos afflictions comme si vous la considériez elle-même comme un fardeau à cause de sa santé fragile, ce qui est très affligeant pour elle. Si vous aimez l’obscurité et le désespoir, si vous en parlez, si vous vous y attardez, si vous attristez votre âme en peuplant votre imagination de tout ce qui peut vous inciter à murmurer contre votre famille et contre Dieu, vous transformez votre cœur en un champ passé par le feu, détruisant toute verdure et le laissant aride, noirci et desséché. — Testimonies for the Church 1:699 (1868). {EMS2 504.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 504.2

Agir non d’après nos sentiments, mais d’après des principes — Vous appartenez à une famille dont les esprits ne sont pas très équilibrés, qui sont pessimistes et déprimés, influencés par leur entourage... Si vous ne cultivez pas un état d’esprit joyeux, dynamique, reconnaissant, Satan fera finalement de vous l’esclave de sa volonté. Vous pouvez être un soutien, une 505force pour l’église où vous résidez, si vous obéissez aux instructions du Seigneur et si, au lieu d’agir au gré de vos sentiments, vous agissez d’après des principes. Ne permettez pas à vos lèvres de proférer des paroles de blâme, car elles seraient pour ceux qui vous entourent comme une grêle catastrophique. Que sortent de vos lèvres des paroles réconfortantes, rayonnantes et aimables. — Testimonies for the Church 1:704 (1868). {EMS2 504.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 505.1

Briser les liens dont Satan nous tient prisonnier — Souvenez-vous que dans votre vie, la religion ne doit pas être seulement une influence parmi d’autres, mais qu’elle doit dominer toutes les autres. Pratiquez une stricte tempérance. Refusez toute concession avec le Malin. Ne prêtez pas l’oreille aux suggestions qu’il met dans la bouche des hommes et des femmes. Vous avez une victoire à remporter; vous avez à acquérir une noblesse de caractère. Mais vous n’y

parviendrez pas aussi longtemps que vous serez déprimé et découragé par les échecs. Brisez les liens avec lesquels Satan vous tient prisonnier. Point n'est besoin d'être son esclave. Jésus dit: "Vous êtes mes amis, si vous faites ce que je vous commande." Jean 15:14. — Lettre 228, 1903; Medical Ministry, 43. {EMS2 505.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 505.2

Conseils adressés à un pasteur déprimé — Vous devriez travailler avec ménagement et prendre des temps de repos. Vous conserveriez ainsi votre énergie physique et mentale, et votre ministère serait plus efficient. Frère F., vous êtes un homme nerveux et vous agissez fréquemment par impulsion. Votre dépression mentale influe grandement sur votre œuvre. Parfois, vous avez le sentiment d'être privé de liberté, et vous pensez que cela provient de ce que les autres sont dans les ténèbres, qu'ils se trompent, ou qu'il y a quelque part un problème sans que vous sachiez lequel, et vous vous en prenez quelque part a quelqu'un, au risque de lui faire beaucoup de mal. Si, lorsque vous êtes dans cet état nerveux et agité, vous essayiez de vous détendre, de vous reposer calmement sur Dieu et de vous demander si le problème ne vient pas de vous-même, vous épargneriez des blessures à votre âme et à 506la précieuse cause de Dieu. — Testimonies for the Church 1:622 (1867). {EMS2 505.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 506.1

Les esprits sont faits de ce dont on les nourrit — Quand vous constatez l'iniquité qui vous environne, vous vous réjouissez de savoir qu'Il [Jésus] est votre Sauveur, et que vous êtes ses enfants. Est-ce que nous devons regarder à cette iniquité qui nous entoure et nous attarder sur ce triste aspect des choses? De toute façon, vous ne pouvez rien y changer; parlez donc de ce qui est plus haut, meilleur et plus édifiant... {EMS2 506.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 506.2

Si nous descendons dans une cave, que nous y restions et regardions autour de nous dans les coins sombres, nous pouvons dire: "Oh! il fait bien sombre ici". Mais le fait de le répéter ne rendra pas le lieu plus clair. Que faire alors? Sortez de là, sortez de l'obscurité et montez dans la pièce du haut où la lumière de Dieu brille avec éclat. {EMS2 506.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 506.3

Vous le savez: nos corps sont faits de la nourriture que nous assimilons. Eh bien, il en est de même de nos esprits. Si notre esprit s'attarde sur le côté sombre des choses de la vie, il ne nous restera plus d'espoir; mais nous voulons au contraire méditer sur les scènes joyeuses du ciel. L'apôtre Paul écrit: "Car un moment de légère affliction produit en nous au-delà de toute mesure un poids éternel de gloire." 2 Corinthiens 4:17. — Manuscrit 7, 1888. {EMS2 506.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 506.4

Le Christ sympathise avec ceux qui souffrent de dépression — Chère sœur âgée _____, je suis attristée de vous savoir malade et souffrante. Mais attachez-vous à Celui que vous avez aimé et servi durant tant d'années. Il a donné sa vie pour le monde, et il aime tous ceux qui se

confient en lui. Il sympathise avec ceux qui souffrent d'une dépression pathologique. Il ressent toutes les angoisses qu'éprouvent ses bien-aimés. Reposez-vous simplement dans ses bras, et sachez qu'il est votre Sauveur, votre meilleur Ami, qu'il ne vous laissera ni ne vous abandonnera jamais. C'est sur lui que vous avez compté pendant tant d'années, et votre âme peut reposer avec espoir. {EMS2 506.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 506.5

Vous vous avancerez avec d'autres fidèles qui ont cru en 507lui, pour le louer d'une voix triomphale. Tout ce que l'on attend de vous est que vous vous reposiez dans son amour. Ne vous mettez pas en souci. Jésus vous aime, et maintenant que vous êtes faible et souffrante, il vous tient dans ses bras, comme un père aimant tient son petit enfant. Confiez-vous en Celui en qui vous avez cru. Ne vous a-t-il pas aimée, et n'a-t-il pas pris soin de vous tout au long de votre vie? Reposez-vous donc sur les précieuses promesses qu'il vous a faites. — Lettre 299, 1904. {EMS2 506.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 507.1

L'action du Saint Esprit — Je me suis entretenue avec vous pendant la nuit, et je vous disais combien je suis heureuse de savoir que vous habitez dans un si bon endroit, si proche du sanatorium. Ne vous laissez pas aller à la dépression, mais ouvrez votre cœur à l'influence réconfortante du Saint Esprit qui vous donnera la consolation et la paix... {EMS2 507.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 507.2

Ma sœur, si vous souhaitez remporter de précieuses victoires, tournez-vous vers la lumière qui émane du Soleil de justice. Parlez d'espérance, de foi et de reconnaissance envers Dieu. Soyez de bon courage, et espérez en Christ. Apprenez à le louer. C'est là un remède efficace pour les maladies de l'âme et du corps. — Lettre 322, 1906. {EMS2 507.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 507.3

Croire que Jésus est à la barre — Lorsque les prédicateurs par lesquels Dieu agit maintenant viennent à la conférence avec des nerfs fragiles et de plus en plus déprimés, ils dégagent forcément une atmosphère semblable à une épaisse couche de brouillard masquant un ciel clair. Nous avons besoin de cultiver la foi. Que de nos lèvres montent ces paroles: "Mon âme exalte le Seigneur et mon esprit a de l'allégresse en Dieu, mon Sauveur." Luc 1:46, 47. {EMS2 507.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 507.4

Nous devons avoir la certitude que le Sauveur est présent, croire fermement qu'il est à la barre et qu'il conduira en sûreté jusqu'au port le noble vaisseau. Nous devons savoir qu'il nous est impossible de nous sauver nous-mêmes ou de sauver par nous-mêmes quelque âme que ce soit. Nous n'avons pas le pouvoir de procurer le salut à ceux qui se perdent. Jésus le 508Rédempteur, est le Sauveur. Nous ne sommes que ses instruments, et nous dépendons de Dieu à chaque instant. Nous devons exalter sa puissance devant le peuple qu'il s'est choisi et devant le monde

pour le grand salut qu'il nous a accordé par son sacrifice expiatoire et par son sang. — Lettre 19a, 1892. {EMS2 507.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 508.1

L'auteur fait preuve de franchise — Je suis parfois grandement embarrassée pour savoir ce que je dois faire, mais je ne suis pas déprimée pour autant. Je suis décidée à introduire le plus de rayons de soleil possibles dans ma vie. — Lettre 127, 1903. {EMS2 508.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 508.2

Mon cœur a bien des raisons d'être attristé, mais j'essaie de ne pas prononcer des paroles décourageantes, parce qu'une personne qui m'entend peut avoir elle-même le cœur triste, et je ne dois rien faire qui risque d'augmenter sa tristesse. — Lettre 208, 1903. {EMS2 508.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 508.3

Percer les ténèbres par la foi — Si je me contentais de fixer mes yeux sur les nuages noirs — les soucis et les difficultés inhérentes à mon œuvre — , il ne me resterait pas de temps pour faire autre chose. Mais je sais qu'au-delà des nuages, il y a la lumière et la gloire. Parfois, je suis appelée à traverser des difficultés financières, mais l'argent n'est pas pour moi une cause de souci. Dieu prend soin de mes affaires. Je fais tout ce que je peux, et quand le Seigneur voit qu'il m'est utile d'avoir de l'argent, il m'en procure. — Manuscrit 102, 1901. {EMS2 508.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 508.4

La foi — une nécessité — Lorsque je visitai le Paradise Valley Sanitarium [Californie], voici environ trois ans, je me suis adressé aux employés presque tous les matins à 5 heures, et plus tard dans la journée aux patients. Il y avait parmi ces derniers un homme qui semblait continuellement déprimé. J'ai appris qu'il croyait en la Bible, mais qu'il était incapable d'exercer la foi nécessaire pour bénéficier personnellement des promesses de Dieu. {EMS2 508.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 508.5

Chaque matin, je parlais de la foi aux malades, et je les engageais à croire aux paroles de Dieu. Cependant, ce pauvre homme semblait incapable de reconnaître qu'il avait la foi. 509Alors je lui ai parlé seul à seul, je lui ai présenté la vérité par tous les moyens et lui ai demandé s'il ne pouvait pas croire que le Christ était son Sauveur personnel et qu'il voulait lui venir en aide. Notre Sauveur a dit à tous ceux qui sont fatigués et chargés: "Prenez mon joug sur vous". Ne portez pas un joug fabriqué de vos propres mains. "Prenez mon joug sur vous, a-t-il dit, et recevez mes instructions, car je suis doux et humble de cœur, et vous trouverez du repos pour vos âmes." Matthieu 11:28, 29. {EMS2 508.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 509.1

Finalement, le moment de mon départ étant arrivé, je dis à cet homme: "Et maintenant, mon ami, pouvez-vous me dire que vous avez appris à vous confier en ce Sauveur qui s'est donné

tant de peine pour répondre aux besoins de chaque âme? Pouvez-vous vous confier en lui et continuerez-vous à le faire? Pouvez-vous me dire, avant que je ne parte, que vous avez désormais la foi nécessaire pour croire en Dieu?" {EMS2 509.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 509.2

Il me regarda et dit: "Oui, je crois, j'ai la foi." {EMS2 509.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 509.3

Je lui répondis: "Béni soit le Seigneur." Bien que d'autres patients aient été présents et aient écouté mes paroles dans le salon, en la circonstance mes efforts avaient été amplement récompensés. — Manuscrit 41, 1908. {EMS2 509.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 509.4

Ce qui réjouit Satan — Ne confiez pas à autrui vos épreuves et vos tentations; le Seigneur seul peut vous aider. Si vous remplissez les conditions requises, les promesses divines se réaliseront pour vous. Si votre esprit s'appuie sur Dieu, vous ne passerez pas d'un état de joie délirante à la vallée du découragement lorsque vous êtes confronté à l'épreuve et à la tentation. Vous ne parlerez pas de vos doutes et de votre tristesse aux autres. Vous ne direz pas: "Je ne comprends pas ceci ou cela, je ne me sens pas heureux, je ne suis pas sûr que nous soyons dans la vérité." Vous ne ferez pas cela, car vous disposerez d'une ancre de l'âme, sûre et solide. {EMS2 509.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 509.5

Quand nous exprimons des paroles de découragement et de tristesse, Satan prête l'oreille et y prend un plaisir diabolique; car il est heureux de voir qu'il nous a réduits en esclavage. Le Malin ne peut pas lire nos pensées, mais il peut voir 510nos actes, entendre nos paroles, et à cause de sa longue connaissance de la nature humaine, il peut adapter ses tentations afin de tirer parti des points faibles de notre caractère. Mais combien souvent nous le laissons connaître la manière dont il peut obtenir la victoire sur nous? Oh! puissions-nous contrôler nos paroles et nos actes! Quelle force serait la nôtre si nos paroles étaient telles que nous ne soyons pas confus à leur sujet au jour du jugement! Au grand jour de Dieu, nos paroles apparaîtront sous un jour très différent par rapport au moment où nous les prononçons. — The Review and Herald, 27 février 1913. {EMS2 509.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 510.1

Jésus comprend les sentiments de désespoir — La foi et l'espoir ont vacillé lors de l'ultime agonie du Christ parce que Dieu l'avait privé de la certitude de son approbation et de son acceptation qu'il avait données jusque-là à son Fils bien-aimé. Le Rédempteur du monde s'était alors reposé sur les preuves qui l'avaient réconforté, à savoir que son Père approuvait ses efforts et qu'il était satisfait de son œuvre. Mais au moment de son agonie, à l'heure où il faisait le sacrifice de sa vie précieuse, il dut se confier par la foi seule en Celui en qui il avait toujours obéi avec joie. Ni à droite, ni à gauche, nul rayon d'espoir lumineux ne vint alors l'encourager. Tout n'était que profonde tristesse. Au milieu de l'obscurité terrible ressentie par la nature elle-

même, le Sauveur but la mystérieuse coupe jusqu'à la lie. Privé du brillant espoir et de la foi dans le triomphe qui devait être le sien dans l'avenir, il s'écria d'une voix forte: "Père, je remets mon esprit entre tes mains." Connaissant le caractère de son Père, de sa justice, de sa miséricorde et de son grand amour, dans sa soumission il s'abandonne entre ses mains. Devant les convulsions de la nature, les spectateurs étonnés entendent les paroles d'agonie de l'Homme du Calvaire. — Testimonies for the Church 2:210, 211 (1869). {EMS2 510.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 510.2

Dieu ne change pas — Un sentiment d'assurance ne saurait être dédaigné; nous devrions au contraire en louer Dieu; mais lorsque nous avons le sentiment d'être déprimés, ne nous imaginons pas que Dieu a changé. Louons-le tout autant, nous 511confiant à sa parole, et non dans nos impressions. Nous nous sommes engagés à marcher par la foi, et à ne pas nous laisser guider par nos sentiments. Ceux-ci varient selon les circonstances. — Lettre 42, 1890; Our High Calling, 124. {EMS2 510.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 511.1

Ne pas parler de nos doutes — Grâce aux mérites du Christ, grâce à sa justice qui nous est imputée par la foi, nous sommes appelés à atteindre la perfection du caractère chrétien. Notre devoir de chaque jour et de chaque heure est tracé dans ces paroles de l'apôtre: "Ayant les regards sur Jésus, le chef et le consommateur de la foi." Hébreux 12:2. Dès que nous le ferons, notre intelligence deviendra plus lucide, notre foi plus vivante, notre espérance plus ferme. La contemplation de sa pureté et de son amour, la vue du sacrifice qu'il a fait pour nous réconcilier avec Dieu, rempliront tellement nos pensées que nous ne serons plus enclins à parler de nos doutes et de nos découragements. — Témoignages pour l'Église 2:398 (1889). {EMS2 511.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 511.2

L'idéal du chrétien — Le vrai chrétien ne permet pas que quelque considération terrestre que ce soit vienne s'interposer entre son âme et Dieu. Les commandements divins exercent une influence dominante sur ses sentiments et sur ses actes. Si tous ceux qui recherchent le royaume de Dieu et sa justice étaient toujours disposés à accomplir les œuvres du Christ, le chemin du ciel serait plus facile. Les bénédictions divines se répandraient dans l'âme, et les louanges du Seigneur seraient continuellement sur vos lèvres. Vous serviriez Dieu par principe. Il se peut que vos sentiments ne soient pas toujours empreints de joie et que des nuages voilent parfois l'horizon de votre vie; mais l'expérience chrétienne ne repose pas sur les fondations fragiles de nos sentiments. Ceux qui agissent d'après des principes considéreront la gloire de Dieu au-delà des ombres et s'appuieront sur la certitude des promesses divines. Ils continueront à honorer Dieu, aussi sombre que soit le chemin à suivre. L'adversité et les épreuves leur donneront l'occasion de montrer la sincérité de leur foi et de leur amour. {EMS2 511.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 511.3

Quand la dépression s'installe dans l'âme, cela ne prouve

512

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 511.3

pas que Dieu ait changé. Il est “le même hier, aujourd’hui et pour l’éternité”. Hébreux 12:8. Vous êtes certain de la faveur divine quand vous sentez les rayons du Soleil de justice; mais lorsque les nuages s’amoncellent sur votre âme, vous ne devriez pas avoir l’impression d’être abandonné. Votre foi doit transpercer les ténèbres. Votre œil doit être en bon état, de manière que tout votre corps soit illuminé. Matthieu 6:22. Il faut garder à l’esprit les richesses de la grâce du Christ. Appréciez comme il se doit les enseignements qui découlent de son amour. Que votre foi soit comme celle de Job, et que vous puissiez dire: “Quand même il me tuerait, j’espérerais en lui.” Job 13:15. Appuyez-vous sur les promesses de votre Père céleste, et souvenez-vous de ce qu’il a fait dans le passé pour vous et pour ses serviteurs; car “toutes choses coopèrent au bien de ceux qui aiment Dieu”. Romains 8:28. — The Review and Herald, 24 janvier 1888. {EMS2 511.3}

513

Chapitre 53 — Différends et polémiques

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 513.1

L’Esprit de Dieu, source d’unité — Dieu incarne la bonté, la miséricorde et l’amour. Ceux qui sont vraiment en contact avec lui ne sauraient être en désaccord les uns avec les autres. Quand son Esprit régit le cœur, il crée l’harmonie, l’amour et l’unité. On constate le contraire parmi les enfants de Satan. Son œuvre consiste à susciter l’envie, les différends et la jalousie. Je demande au nom de mon Maître: Quels fruits portez-vous? — Testimonies for the Church 5:28 (1882). {EMS2 513.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 513.2

Semailles et moisson mortelles — En semant la dissension et la zizanie, on récolte en son âme des fruits mortels. Le fait même de soupçonner le mal chez les autres développe celui-ci chez ceux qui le prévoient. — Le ministère de la guérison, 426 (1905). {EMS2 513.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 513.3

Les objectifs de Satan — Satan cherche constamment à semer la méfiance, l’égarement et la méchanceté au milieu du peuple de Dieu. Nous serons souvent tentés de croire, sans raison véritable, qu’on a violé nos droits... Les discordes, les disputes et les procès entre frères sont une honte pour la cause 514de la vérité. Ceux qui agissent ainsi exposent l’Eglise au ridicule de ses ennemis, et font triompher les puissances des ténèbres. Ils ouvrent à nouveau les blessures du Christ et le livrent à une honte publique. — Témoignages pour l’Église 2:95 (1882). {EMS2 513.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 514.1

Les disputes conduisent à l'agressivité — La particularité de l'œuvre mensongère de Satan a été de provoquer des controverses afin qu'il y ait des disputes de mots inutiles. Il sait bien que cela accaparera l'esprit et le temps. Cela attise la combativité et étouffe l'esprit de conviction chez beaucoup, les amenant à des divergences d'opinions, des accusations, des préjugés qui ferment la porte à la vérité. — The Review and Herald, 11 septembre 1888; Evangelism, 146. {EMS2 514.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 514.2

Le retour du Christ différé — Durant quarante ans, l'incrédulité, les murmures et la rébellion ont interdit à l'ancien Israël l'entrée dans le pays de Canaan... C'est l'incrédulité, l'amour du monde, le manque de consécration et les différends de ceux qui prétendent appartenir au peuple de Dieu qui nous ont retenus pendant si longtemps dans ce monde de péché et de tristesse. — Manuscrit 4, 1883; Evangelism, 620, 621. {EMS2 514.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 514.3

Ce n'est pas l'heure des débats — Les hommes et les femmes qui prétendent servir le Seigneur se plaisent à passer leur temps à des vétilles. Ils se plaisent à être en désaccord les uns avec les autres. S'ils étaient consacrés à l'œuvre du Maître, ils ne se chamailleraient pas comme une famille d'enfants turbulents. Chacun serait occupé à servir. Chacun serait au poste qui lui est assigné, travaillant de tout son cœur et de toute son âme comme un ambassadeur de la croix du Christ... Les ouvriers bénéficieraient pour leur ministère des prières et de la solidarité d'une église dynamique. Ils recevraient leurs directives du Christ et n'auraient pas le temps de discuter et de se disputer. — The Review and Herald, 10 septembre 1903. {EMS2 514.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 514.4

Ne permettons pas que des disputes éclatent à propos de bagatelles. Si chacun ouvre les fenêtres de son âme en direction du ciel et les ferme sur ce qui est terrestre, l'esprit d'amour 515et de grâce de notre Seigneur Jésus Christ unira les cœurs. — Lettre 183, 1899. {EMS2 514.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 515.1

Renoncer aux débats — La puissance de la grâce de Dieu fera davantage pour l'âme que les débats ne pourraient accomplir durant une vie entière. Grâce au pouvoir de la vérité, combien de choses pourraient être réglées et combien de débats surannés pourraient s'apaiser! Le grand et noble principe: "Paix sur la terre parmi les hommes qu'il agrée!" (Luc 2:14) sera bien mieux mis en pratique lorsque ceux qui croient en Christ seront ouvriers avec Dieu. Alors, toutes les vétilles sur lesquelles certains reviennent sans cesse, bien qu'elles ne soient pas tranchées avec autorité par la Parole de Dieu, ne seront plus grossies comme s'il s'agissait de questions majeures. — Lettre 183, 1899. {EMS2 515.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 515.2

Attitude de Jésus envers Thomas, l'incrédule — Par sa façon d'agir avec Thomas, Jésus a donné une leçon à tous ses disciples. Son exemple nous montre comment nous devons nous conduire à l'égard de ceux dont la foi est faible et qui présentent sans cesse leurs doutes. Jésus n'a pas accablé Thomas de reproches, et il n'a pas engagé de controverse avec lui. Il s'est simplement révélé à celui qui doutait. Thomas était déraisonnable en fixant les conditions de sa foi; mais Jésus, par un amour généreux et plein d'égards, renversa toutes les barrières. Il arrive rarement que l'incrédulité soit vaincue par la controverse. Au contraire, elle met sur la défensive et trouve de nouveaux appuis et de nouveaux prétextes. Mais que Jésus se révèle comme le Sauveur crucifié, plein d'amour et de miséricorde, et bien des lèvres laisseront échapper involontairement le cri de Thomas: "Mon Seigneur et mon Dieu!" — Jésus Christ, 809 (1898). {EMS2 515.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 515.3

Eviter les discussions avec les malades — Ne vous permettez aucune discussion, religieuse ou autre, au chevet du malade; mais, pieusement, avec douceur, dirigez son âme vers celui qui peut sauver ceux qui viennent à lui avec foi. Avec 516zèle et tendresse, efforcez-vous d'aider l'âme qui oscille entre la vie et la mort. — Le ministère de la guérison, 95 (1905). {EMS2 515.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 516.1

Inutilité de la controverse — Il ne nous appartient pas d'engager la controverse avec ceux qui professent des théories erronées. La controverse n'est pas profitable. Le Christ ne s'y est jamais engagé. "Il est écrit" — telle est l'arme dont le Rédempteur du monde s'est servi. Tenons-nous tout près de la Parole. Laissons au Seigneur Jésus et à ses Messagers le soin de témoigner, car nous savons que leur témoignage est véridique. — Life Sketches of Ellen G. White, 93 (1915). {EMS2 516.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 516.2

Il est rare que les nombreux sermons à caractère polémique touchent et subjuguent l'âme. — Lettre 15, 1892; Evangelism, 161. {EMS2 516.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 516.3

Mieux vaut rester positif — Ne cultivez pas un esprit de polémique. On ne tire que peu de bien des déclarations accusatrices. Le plus sûr moyen de réduire à néant une fausse doctrine est de prêcher la vérité. Restez positif. Que les précieuses vérités de l'Evangile annihilent la force du mal. Témoignez d'un esprit affectueux et compatissant à l'égard de ceux qui s'égarent. Approchez-vous des cœurs. — Lettre 190, 1902; Evangelism, 275. {EMS2 516.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 516.4

Comment éveiller les esprits — En tout temps, les messagers choisis par Dieu ont été méprisés et persécutés; mais leurs afflictions ont contribué à répandre la connaissance de Dieu. Chaque disciple du Christ doit entrer dans les rangs et accomplir la même œuvre, sachant que ses ennemis ne peuvent rien contre la vérité mais que tout ce qu'ils feront tournera en faveur de

celle-ci. Dieu désire que cette vérité soit mise en évidence, qu'elle soit examinée et discutée, malgré le mépris dont on l'accable. Les esprits doivent être remués. Tous les efforts qui sont faits dans le but de restreindre la liberté de conscience sont des moyens dont Dieu se sert pour éveiller les esprits, qui, autrement, sommeilleraient. — Heureux ceux qui, 34. {EMS2 516.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 516.5

Influence de la mésentente des parents sur les enfants — 517Ce sont les parents qui, dans une large mesure, créent l'atmosphère du cercle familial, et quand survient une mésentente entre le père et la mère, les enfants partagent le même état d'esprit. Parfumez l'atmosphère de votre foyer par de douces attentions. Si la brouille a éclaté entre vous, et que vous ayez cessé de vous comporter comme des chrétiens attachés à la Bible, convertissez-vous; car le caractère que vous manifestez pendant le temps d'épreuve sera le caractère même que vous aurez au moment de la venue du Christ. — Lettre 18b, 1891; Foyer chrétien, 16. {EMS2 516.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 517.1

Le chemin de la paix — Votre famille peut être heureuse ou malheureuse; cela dépend de vous. Votre comportement déterminera l'avenir. Il vous faut tous deux arrondir les angles de vos caractères et ne prononcer que des paroles dont vous n'aurez pas honte au jour de Dieu... Vous pouvez vous disputer à propos de choses qui n'en valent pas la peine, ce qui ne vous attirera que des ennuis. Le chemin de la justice est le chemin de la paix. Il est si net que l'homme humble et qui craint Dieu peut y marcher sans trébucher et sans prendre de détours. C'est un chemin étroit; mais des hommes possédant différents tempéraments peuvent y marcher côte à côte s'ils suivent le Chef de leur salut. — Testimonies for the Church 4:502, 503 (1880). {EMS2 517.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 517.2

Cultiver la patience — Les paroles dures, agressives, ne sont pas d'origine céleste. Les réprimandes et l'anxiété ne servent à rien. Elles ne servent qu'à exciter les pires sentiments du cœur humain. Quand vos enfants agissent mal, qu'ils débordent de révolte et que vous êtes tenté de leur parler et de les traiter avec dureté, attendez avant de les corriger. Donnez-leur l'occasion de réfléchir, et donnez-vous le temps de retrouver votre sang-froid. {EMS2 517.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 517.3

Si vous agissez avec bonté et douceur envers vos enfants, eux et vous recevrez la bénédiction du Seigneur. Croyez-vous qu'au jour du jugement, qui que ce soit regrettera d'avoir fait preuve de patience et de bonté à l'égard de ses enfants? — Manuscrit 114, 1903; Child Guidance, 246. {EMS2 517.3}

518

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 518.1

Le secret de l’unité — C’est le fait de vivre loin du Christ qui engendre la division et la discorde dans les familles et dans l’église. S’approcher du Christ, c’est s’approcher les uns des autres. Le secret de la véritable unité dans l’église et dans le foyer ne réside ni dans la diplomatie, ni dans une bonne gestion, ni dans un effort surhumain pour vaincre les difficultés — bien que tous ces éléments aient leur rôle à jouer — mais dans l’union avec le Christ. {EMS2 518.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 518.2

Dessinez un cercle d’où vous ferez partir plusieurs lignes depuis la circonférence jusqu’au centre. Plus celles-ci s’approchent du centre, plus elles de rapprochent les unes des autres. {EMS2 518.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 518.3

Il en est ainsi dans la vie chrétienne. Plus nous nous approchons du Christ, plus nous nous rapprochons les uns des autres. Dieu se trouve glorifié lorsque son peuple est uni dans une action menée d’un commun accord. — Lettre 49, 1904; Foyer chrétien, 170, 171. {EMS2 518.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 518.4

Le devoir des parents — Une confiance parfaite devrait exister entre eux [les parents]. Qu’ils envisagent ensemble leurs responsabilités et travaillent pour le plus grand bien de leurs enfants, ne se critiquant jamais en leur présence et ne mettant jamais en doute la valeur de leur jugement respectif. Que la femme s’efforce de ne pas compliquer la tâche de son mari à l’égard de ses enfants et que le mari collabore avec sa femme en la conseillant avec sagesse et affection. — Le ministère de la guérison, 331 (1905). {EMS2 518.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 518.5

Si le père et la mère s’opposent et agissent l’un contre l’autre pour neutraliser mutuellement leur influence, la famille en sera ébranlée; ni la mère ni le père ne bénéficieront du respect et de la confiance nécessaires à la bonne marche du ménage... Les enfants ont vite fait de relever tout ce qui peut jeter le discrédit sur les principes et les règles de la vie familiale, et tout spécialement sur celles qui restreignent leur liberté. — The Review and Herald, 13 mars 1894; Foyer chrétien, 300. {EMS2 518.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 518.6

Nécessité d’encourager les enfants — Vous n’avez pas le 519droit d’assombrir le bonheur de vos enfants par un nuage de tristesse avec des critiques ou des réprimandes sévères pour des fautes sans importance. Lorsqu’il s’agit de vraies fautes, elles doivent être envisagées selon le degré réel de leur gravité, et traitées comme telles et avec fermeté pour éviter qu’elles ne se reproduisent. Mais les enfants ne doivent pas être voués au désespoir; au contraire, avec une certaine dose de courage, ils peuvent faire des progrès, gagner votre confiance et mériter votre approbation. Les enfants peuvent désirer bien faire; ils peuvent désirer sincèrement devenir

obéissants, mais ils ont besoin d'être aidés et encouragés. — The Signs of the Times, 10 avril 1884; Child Guidance, 279. {EMS2 518.6}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 519.1

Paix dans l'église — Que la paix règne au foyer, et il y aura la paix dans l'église. Cette précieuse expérience introduite dans l'église sera un moyen de créer une chaleureuse affection les uns pour les autres. Les querelles cesseront, et l'on verra une véritable délicatesse chrétienne se manifester entre les membres de la communauté. Le monde se rendra compte qu'ils ont été avec Jésus et qu'ils ont assimilé ses enseignements. Quelle impression l'église ne ferait-elle pas sur le monde si tous ses membres vivaient en chrétiens! — Manuscrit 60, 1903; Child Guidance, 549. {EMS2 519.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 519.2

La mort efface tous les différends — Quand la mort ferme les yeux, quand les mains sont croisées sur la poitrine inanimée, combien rapidement s'évanouissent les différends! Plus de rancune, plus d'amertume; les outrages et les torts sont pardonnés, oubliés. Que de louanges on prononce sur les morts! Que de beaux aspects de leur vie se présentent à l'esprit! Désormais, on donne libre cours aux éloges; mais ils frappent des oreilles qui n'entendent pas, des cœurs qui ne sentent plus... Combien se tiennent horrifiés et silencieux au chevet d'un mort, se rappelant avec honte et tristesse les paroles et les actes qui ont apporté le chagrin à un cœur désormais inanimé! {EMS2 519.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 519.3

Mettons dans notre vie toute la beauté, tout l'amour et toute 520la bonté dont nous sommes capables. Soyons prévenants, reconnaissants, patients et tolérants les uns avec les autres. Que les pensées et les sentiments qui trouvent leur expression au chevet des mourants et des morts soient manifestés en cette vie dans nos rapports quotidiens avec nos frères et nos sœurs. — Témoignages pour l'Église 2:227, 228 (1889). {EMS2 519.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 520.1

Etre disposé à corriger ses erreurs — Bien qu'il soit théoriquement fondé dans la vérité présente, que nul ne s'imagine être à l'abri des erreurs. Mais si des fautes sont commises, on doit être disposé à les corriger. Par ailleurs, évitons tout ce qui risque de créer des désaccords et des querelles, car le ciel nous attend. Or, parmi ses habitants, il n'y aura pas de désaccord. — The Review and Herald, 8 août 1907; Counsels on Health, 244. {EMS2 520.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 520.2

"L'amour couvre une multitude de péchés" — Il y aura toujours des différences d'opinion, car tous les esprits ne sont pas bâtis sur le même modèle. De plus, les tendances héréditaires et acquises doivent être maîtrisées, pour éviter qu'elles ne créent des conflits sur des questions secondaires. Les ouvriers du Christ doivent être unis par des liens de chaleureuse sympathie et d'amour. Que nul ne suppose qu'il lui appartient de défendre ses propres idées et qu'il ne

s’imagine pas être le seul à qui le Seigneur a donné le discernement et l’intuition requis. La charité chrétienne couvre une multitude de choses que l’on peut considérer comme des défauts chez les autres. Nous avons besoin de beaucoup plus d’amour et de beaucoup moins de critiques. Quand le Saint Esprit agit vraiment dans le cœur des pasteurs et de leurs assistants, ils manifesteront la tendresse et l’amour du Christ. — Lettre 183, 1899. {EMS2 520.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 520.3

Nous abstenir d’attaquer les autorités civiles — Quelques-uns de nos frères ont, dans leurs écrits ou leurs discours, fait certaines déclarations qui ont été interprétées comme étant des attaques dirigées contre le gouvernement et les lois du pays. C’est une erreur que nous ne devons pas commettre. Il n’est 521pas sage de critiquer continuellement ce que font les chefs de gouvernement. Ce n’est pas à nous d’attaquer les individus et les institutions. Soyons très prudents, de peur d’être mis au rang de ceux qui combattent les autorités. S’il est vrai qu’il nous faut être en état de perpétuelle offensive, nos armes doivent être fournies par des passages formels de l’Ecriture. Notre œuvre consiste à préparer un peuple qui puisse subsister au grand jour de Dieu. Ne nous comportons donc pas de manière à susciter l’opposition ou à éveiller l’antagonisme de ceux qui ne partagent pas notre foi. — Témoignages pour l’Église 3:49 (1900). {EMS2 520.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 521.1

L’œuvre des agents sataniques — J’ai vu que des anges du mal sous la forme de croyants agiront dans nos rangs pour y introduire un profond esprit d’incrédulité. Mais que cela ne vous décourage pas; au contraire, mettez tout votre cœur à collaborer avec le Seigneur dans sa lutte contre le pouvoir des agents sataniques. Ces puissances maléfiques s’introduiront dans nos réunions, non pour recevoir une bénédiction, mais pour contrecarrer l’influence de l’Esprit de Dieu. N’en tenez pas compte, mais rappelez les merveilleuses promesses de Dieu qui sont oui et amen dans le Christ Jésus. Nous ne devons jamais relever les paroles que des lèvres humaines peuvent prononcer pour prêter main forte à l’œuvre des anges du mal, mais répéter les paroles du Christ. — Lettre 46, 1909. {EMS2 521.1}

522

Chapitre 54 — Le surmenage intellectuel

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 522.1

Préserver ses facultés mentales — *Je crois, oui, je crois* que le Seigneur entend mes prières, après quoi je fais ma part pour qu’elles soient exaucées, car j’ai la certitude qu’elles sont suscitées par le Seigneur. Je suis de bon courage. N’abusons pas des énergies que Dieu nous donne. Nous devons préserver nos facultés mentales. Si nous en abusons, nous ne disposerons plus de réserves dans lesquelles nous pourrons puiser en cas de nécessité. — Lettre 150, 1903. {EMS2 522.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 522.2

Un surcroît de connaissances — L'acquisition de beaucoup de livres interpose trop souvent entre Dieu et l'homme de nombreuses connaissances qui affaiblissent l'esprit et le rendent incapable d'assimiler les choses essentielles. L'esprit devient alors "dyspeptique". Il faudrait beaucoup de sagesse pour arriver à choisir entre tant d'auteurs et la Parole de vie qui invite le croyant à manger la chair et à boire le sang du Fils de Dieu. — Témoignages pour l'Église 3:220, 221 (1902). {EMS2 522.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 522.3

Ce qui risque de raccourcir la durée de la vie — A ceux 523qui souhaitent devenir des ouvriers utiles dans la cause de Dieu, je dois dire: Si vous surmenez votre cerveau, en pensant que vous perdrez pied si vous n'étudiez pas continuellement, il vous faut changer sur-le-champ votre point de vue et votre comportement. A moins d'être vigilants sur ce point, nombreux sont ceux qui descendront prématurément dans la tombe. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 296 (1913). {EMS2 522.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 523.1

La puisssance de concentration sur un seul sujet est jusqu'à un certain point une qualité; mais l'exercice constant de cette faculté fatigue les organes qu'elle met en jeu jusqu'à les épuiser, de sorte qu'on ne peut accomplir tout le bien que l'on devrait. En outre, toutes les parties du cerveau ne sont pas soumises à un exercice indispensable à la santé et en conséquence la vie est raccourcie. — Témoignages pour l'Église 1:335 (1872). {EMS2 523.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 523.2

Une porte ouverte à la tentation — Les étudiants qui s'adonnent entièrement à un travail intellectuel dans la salle de classe portent préjudice à toute la machine vivante [le corps] à cause de la claustration qui s'ensuit. Le cerveau est fatigué, et Satan introduit tout un arsenal de tentations, en incitant ces étudiants à se livrer à des plaisirs défendus, pour se changer les idées, et relâcher la pression. En accédant à ces tentations, ils font des choses répréhensibles qui nuisent à eux-mêmes et aux autres. Cela peut venir simplement d'un besoin de se divertir. Bref, leur cerveau est en ébullition, et ils se permettent quelques fredaines. Mais quelqu'un doit avoir à cœur de réparer le mal qu'ils ont fait en succombant à la tentation. — Lettre 103, 1897. {EMS2 523.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 523.3

Une imagination malade — Les méthodes appropriées ont été portées à ma connaissance. Que les élèves qui poursuivent des études intellectuelles fassent appel à leurs capacités physiques et morales. Qu'ils mettent en mouvement la machine vivante en conséquence. Faire fonctionner constamment le cerveau est une erreur. Je voudrais pouvoir exprimer cela par des mots. L'activité permanente du cerveau produit une imagination malade et engendre le laisser-aller.

L’éducation 524dispensée pendant cinq ans sur ce seul point n’équivaut pas à une éducation complète dispensée durant une seule année. — Lettre 76, 1897. {EMS2 523.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 524.1

Le surmenage intellectuel conduit à la dépravation — Evitez de surexciter le cerveau. L’excès dans l’étude le fatigue et y fait affluer le sang. Il en résulte inévitablement la dépravation. On ne peut faire indûment appel au cerveau sans générer des pensées et des actes impurs. Car tout le système nerveux est affecté, ce qui conduit à l’impureté. Les facultés physiques et mentales sont affaiblies, et le temple du Saint Esprit est souillé. Cela donne lieu à de mauvaises habitudes, dont les conséquences sont incalculables. Je suis obligée de m’exprimer clairement sur ce sujet. — Lettre 145, 1897. {EMS2 524.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 524.2

Message destiné à un prédicateur surmené — Gardez le “canal” libre et désengorgé, pour que le Saint Esprit puisse y pénétrer. Quoi qu’il advienne, que votre esprit se repose en Dieu, et qu’il ne soit nullement troublé. {EMS2 524.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 524.3

Lorsque je m’entretenais avec vous durant la nuit, j’ai vu que votre cerveau était surmené, et je vous ai dit: Confiez vos soucis au Seigneur, car il prend soin de vous. Déchargez-vous de vos fardeaux et de vos préoccupations sur Celui dont le rôle est de les porter. La paix du Christ dans le cœur vaut plus que tout autre chose... {EMS2 524.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 524.4

Faites bien attention: je vous demande de vous décharger, de vous débarrasser des nombreux fardeaux et soucis qui vous empêchent de procurer à votre cœur et à votre esprit le repos nécessaire. Souvenez-vous qu’il nous faut prêter attention aux choses qui concernent notre destinée éternelle. — Lettre 19, 1904. {EMS2 524.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 524.5

Rechercher l’équilibre — Les surmenés intellectuels devraient chasser de leur esprit toute pensée fatigante, mais sans en arriver à s’interdire toute activité mentale. Beaucoup ont tendance à considérer leur condition comme plus mauvaise qu’elle ne l’est en réalité. Cet état d’esprit nuit à la guérison et ne doit pas être encouragé. {EMS2 524.5}

525

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 525.1

Les pasteurs, les professeurs, les étudiants ou autres intellectuels sont souvent malades en raison d’un surmenage cérébral non tempéré par l’exercice physique. Ils auraient besoin d’une vie plus active. Des habitudes strictement tempérantes, jointes à des exercices appropriés, assureraient à

tous les travailleurs intellectuels la vigueur mentale et physique et leur donneraient une grande puissance d'endurance. — Le ministère de la guérison, 204 (1905). {EMS2 525.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 525.2

Equilibre et harmonie — Selon la manière dont nous traitons le corps, nous augmentons ou diminuons notre énergie physique. Quand la plus grande partie du temps est consacrée au travail intellectuel, l'esprit perd sa fraîcheur et ses capacités, tandis que les organes physiques perdent leur force. Dans ces conditions, le cerveau est excité de façon malsaine parce qu'on fait constamment appel à lui, alors que les muscles sont affaiblis par manque d'exercice. Dès lors, il y a perte d'énergie et débilité accrue qui, le moment venu, se répercuteront sur le cerveau. Il faut, autant que possible, préserver l'harmonie entre les facultés mentales et physiques. Cela est nécessaire pour la santé de tout l'organisme. — Lettre 53, 1898. {EMS2 525.2}

526

Chapitre 55 — La souffrance

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 526.1

Victimes de l'ignorance — Montrez que ce n'est pas le Seigneur qui est l'auteur des souffrances et des peines, mais que ce sont les hommes qui, par leur ignorance et leurs péchés, se sont attiré ces conditions d'existence. — Témoignages pour l'Église 2:604 (1900). {EMS2 526.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 526.2

Conséquences de la transgression de la loi divine — La transgression permanente de la loi de Dieu, depuis six mille ans, a produit la maladie, la souffrance et la mort. Alors que nous approchons de la fin des temps, la tentation de Satan à propos de l'appétit sera toujours plus forte et plus difficile à vaincre. — Témoignages pour l'Église 1:484 (1875). {EMS2 526.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 526.3

Quand la nature réagit — Nombreux sont ceux qui violent constamment les lois de la santé sans voir le rapport qui existe entre leurs habitudes quant à l'alimentation et au travail et leur santé. Ils ne commencent à se rendre compte de leur état qu'au moment où la nature abusée proteste par des maux et des douleurs de l'organisme. Si au moins les malades se mettaient 527à agir comme il faut, en recourant aux simples moyens qu'ils ont négligés — l'emploi de l'eau et un régime approprié — , la nature recevrait l'aide qui lui est nécessaire et qu'elle eût dû recevoir déjà depuis longtemps. Par ce moyen le patient se rétablira généralement sans être affaibli. — Healthful Living, 61 (1865); Messages choisis 2:512. {EMS2 526.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 527.1

Le prix de la gourmandise — Beaucoup de gens sont à tel point enchaînés à l'intempérance, que dans n'importe quelle circonstance ils ne voudront abandonner leur gourmandise. Ils préféreraient sacrifier leur santé, voire mourir prématurément, plutôt que de refréner leur appétit non contrôlé. Il y en a beaucoup, aussi, qui ignorent le rapport qui existe entre le manger et le boire et la santé. S'ils étaient éclairés, ils auraient peut-être le courage de renoncer à leur appétit, ils mangeraient plus modérément, et uniquement des aliments sains, et, grâce à leur orientation nouvelle, s'éviteraient beaucoup de souffrances. — Spiritual Gifts A:4 130 (1864); Conseils sur la Nutrition et les Aliments, 187. {EMS2 527.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 527.2

Une cause fréquente de souffrance — La souffrance vient souvent de l'effort de la nature pour donner vie et vigueur aux parties du corps partiellement paralysées par l'inaction. — Testimonies for the Church 3:78 (1872). {EMS2 527.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 527.3

Un message personnel — Si vous aviez renoncé à votre penchant pour la lecture et à vouloir vous faire plaisir, si vous aviez consacré davantage de temps à un exercice physique modéré et veillé à manger de la nourriture saine, vous vous seriez évité bien des souffrances. Ces souffrances étaient en partie imaginaires. Si vous aviez habitué votre esprit à ne pas donner libre cours à vos faiblesses, vous n'auriez pas eu des spasmes nerveux. Votre esprit devrait être détourné de votre propre personne et reporté sur vos devoirs domestiques pour assurer à votre foyer l'ordre, la propreté et le bon goût. — Testimonies for the Church 2:434 (1870). {EMS2 527.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 527.4

Ne pas céder à l'impatience — Ceux qui sont affligés par la 528maladie peuvent faire pour eux-mêmes ce que d'autres ne peuvent pas faire aussi bien. Pour commencer, ils devraient soulager la nature du fardeau qui lui a été imposé. Il s'agit d'abord de faire disparaître la cause. Un court jeûne donnera à l'estomac l'occasion de se reposer. On réduira l'état fébrile de l'organisme par des applications d'eau faites avec soin et discernement. Ainsi la nature sera aidée dans sa lutte pour débarrasser l'organisme de ses impuretés. {EMS2 527.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 528.1

Mais trop souvent les personnes qui éprouvent des douleurs s'impatientent. Elles refusent de faire preuve d'un peu de renoncement en supportant la faim pendant un moment. Elles ne sont pas davantage disposées à attendre que par un lent processus la nature ait reconstruit les énergies épuisées de l'organisme. Décidées à obtenir un soulagement immédiat, elles prennent des drogues puissantes prescrites par des médecins. — Healthful Living, 60 (1865); Messages choisis 2:511, 512. {EMS2 528.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 528.2

Des causes de souffrances qui échappent à notre contrôle — Parmi ceux qui ont l'esprit pur et qui sont consciencieux, il en est qui souffrent de différentes causes, lesquelles échappent à leur contrôle. — An Appeal to Mothers, 23 (1864); Child Guidance, 445. {EMS2 528.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 528.3

Une certitude réconfortante — Pensée merveilleuse: Jésus connaît toutes nos douleurs, toutes nos peines. Dans toutes nos détresses il est en détresse avec nous. Nous avons des amis qui ne savent rien, par expérience, des misères humaines et des souffrances physiques. N'ayant jamais connu la maladie, ils sont incapables de sympathiser avec les malades. Mais Jésus est touché par nos infirmités. — Manuscrit 19, 1892; Messages choisis 2:272. {EMS2 528.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 528.4

Le sabbat et la miséricorde — Celui-là ne sera pas exaucé qui néglige de soulager la souffrance le jour du sabbat. Le saint jour du repos de Dieu a été fait pour l'homme, les actes de miséricorde s'accordent parfaitement avec cette intention. Dieu ne veut pas qu'une seule heure de douleur afflige ses 529créatures qui pourraient être soulagées un jour de sabbat ou tout autre jour. — Jésus Christ, 190 (1898). {EMS2 528.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 529.1

Attitude à tenir dans la souffrance — Il se peut que votre esprit soit souvent obscurci à cause de la souffrance. Dans ce cas, n'essayez pas d'en comprendre la raison, mais gardez votre calme et montrez que vous avez remis votre âme au fidèle Créateur. Il vous appartient de montrer dans votre faiblesse et dans vos souffrances que vous ne doutez pas de l'amour de Dieu envers vous, que vous savez que Celui qui a fait la promesse est fidèle, et que vous vous confiez corps et âme entre ses mains... {EMS2 529.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 529.2

Que votre esprit s'appuie sur la bonté de Dieu, sur le grand amour dont il nous a aimés et qui s'est manifesté dans l'œuvre de la rédemption. S'il ne nous avait pas aimés et s'il ne nous avait pas appréciés à notre valeur, ce grand sacrifice n'aurait pas été consenti. Il est généreux en miséricorde et en grâce. Que votre cœur et votre esprit se reposent en lui comme un enfant dans les bras de sa mère. Ses bras éternels vous soutiennent. Jésus prend part à toutes nos afflictions... {EMS2 529.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 529.3

Réfugiez-vous en lui, et le malin ne harcèlera pas et ne troublera pas votre foi. Jésus nous a fait don de sa paix. {EMS2 529.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 529.4

"Puissante est la force que Dieu accorde par son Fils éternel"... {EMS2 529.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 529.5

La parole de sa grâce est une manne pour l'âme croyante. Les précieuses promesses de la parole sont vie, douceur et paix. — Lettre 16, 1896. {EMS2 529.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 529.6

La souffrance n'est pas une excuse — J'ai peu dormi la nuit dernière. J'ai essayé de regarder à Jésus, de me remettre entre les mains du grand Médecin. Il m'a dit: "Ma grâce te suffit." La grâce du Christ conduit les humains à prononcer de bonnes paroles en toute circonstance. La souffrance physique ne justifie pas des actions contraires à l'esprit du Christ. — Manuscrit 19, 1892. {EMS2 529.6}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 529.7

Ce qui peut contribuer à la guérison — Les invalides 530résisteraient souvent à la maladie en refusant de céder à leurs souffrances et de rester inactifs. En dominant leurs malaises et leurs douleurs, en s'adonnant à un travail utile, adapté à leurs forces, ils pourraient, grâce au soleil et au grand air, retrouver la vigueur et la santé. — Le ministère de la guérison, 211 (1905). {EMS2 529.7}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 530.1

Remèdes naturels et foi — S'ils [les malades] se mettent dans l'idée qu'en priant pour leur guérison ils doivent renoncer aux remèdes simples que Dieu met à notre disposition pour soulager la souffrance et aider la nature, sous prétexte que ce serait un manque de foi, ils se trompent. Loin d'être un manque de foi, cela est tout à fait en accord avec les plans de Dieu. {EMS2 530.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 530.2

Lorsque Ezéchias était malade, le prophète de Dieu lui fit savoir qu'il devait mourir. Alors le roi cria au Seigneur, et le Seigneur entendit son serviteur et accomplit un miracle en sa faveur; il lui adressa un message d'après lequel quinze années seraient ajoutées à la durée de sa vie. Or, une seule parole venant de l'Eternel, un seul attouchement du doigt divin aurait suffi à guérir Ezéchias instantanément; cependant, des instructions spéciales furent données pour qu'une masse de figues fût placée sur la partie malade, et Ezéchias fut sauvé de la mort. Nous devons en toutes choses suivre les voies de la Providence. — Health, Philanthropic, and Medical Missionary Work, 54 (1892); Counsels on Health, 381, 382. {EMS2 530.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 530.3

Ceux qui font souffrir les créatures de Dieu ne resteront pas impunis — C'est à cause du péché de l'homme que "toute la création (inférieure) soupire, et qu'elle est comme en travail". Romains 8:22. La chute de l'homme a condamné à la souffrance et à la mort non seulement le genre humain, mais aussi les animaux. Il est donc raisonnable que l'homme s'efforce d'atténuer plutôt que d'aggraver les douleurs qu'il a attirées sur les créatures de Dieu. Celui qui brutalise les bêtes parce qu'il les tient sous son pouvoir est à la fois un lâche et un tyran. {EMS2 530.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 530.4

C’est manifester un esprit satanique que de faire souffrir soit les hommes soit la création animale. Bien des gens 531s’assurent que leur cruauté ne viendra pas au jour parce qu’une pauvre bête muette ne pourra les accuser. Mais si leurs yeux, comme ceux de Balaam, pouvaient s’ouvrir, ils verraient un ange de Dieu prendre note de leur conduite. Tous les actes de ce genre font partie d’un dossier et sont conservés pour le jour où le jugement de Dieu s’exercera contre les tortionnaires de ses créatures. — Patriarches et prophètes, 424 (1890). {EMS2 530.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 531.1

Faire preuve de compassion — Ne prononcez jamais une parole qui avive la souffrance de celui qui est fatigué d’une vie de péché et ne sait où trouver le repos. Présentez-le plutôt au Sauveur compatissant. Puis aidez-le à se relever, parlez-lui de courage et d’espérance. Montrez-lui comment saisir la main du Sauveur. — Le ministère de la guérison, 141 (1905). {EMS2 531.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 531.2

L’intensité des souffrances du Christ — La douleur physique n’a été que pour une faible part dans l’agonie du Fils de Dieu. Il portait les péchés du monde et par conséquent il encourait la colère de son Père. C’est cela qui brisa son âme divine. C’est le fait que son Père lui voila sa face, le sentiment d’être abandonné de lui, qui entraîna son désespoir. {EMS2 531.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 531.3

Le fossé que le péché creuse entre l’homme et Dieu, il en a compris et ressenti toute l’horreur, lui qui était innocent. Les puissances des ténèbres l’écrasaient. Nul rayon de lumière n’éclairait pour lui l’avenir. Il était aux prises avec Satan, qui prétendait l’avoir à sa merci et lui être supérieur en puissance, qui lui murmurait que le Père l’avait renié et qu’il avait perdu désormais, comme lui-même, Satan, la faveur de Dieu. En effet, si le Seigneur lui était encore favorable, pourquoi devait-il mourir? Dieu pouvait le sauver de la mort. — Témoignages pour l’Église 1:263, 264 (1869). {EMS2 531.3}

532

Chapitre 56 — La colère

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 532.1

Porte ouverte à Satan — Ceux qui cultivent la colère ou le ressentiment chaque fois qu’ils se jugent offensés, ouvrent leurs cœurs à Satan. Il faut que l’amertume et l’animosité soient bannies de l’âme qui veut vivre en harmonie avec le ciel. — Jésus Christ, 299, 300 (1898). {EMS2 532.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 532.2

Esclaves du péché — “Vous êtes esclaves de celui à qui vous obéissez”. Romains 6:16. Si nous donnons libre cours à la colère, aux désirs charnels, à la convoitise, à la haine, à l’égoïsme ou à tout autre travers, nous devenons esclaves du péché. Or, “nul ne peut servir deux maîtres”. Matthieu 6:24. Si nous sommes au service du péché, nous ne pouvons pas servir le Christ. Dans ces conditions, le chrétien suivra les inclinations mauvaises, car la chair a des désirs contraires à ceux de l’Esprit, mais l’Esprit lutte contre la chair, et mène contre elle un combat permanent. C’est là que l’aide du Christ devient nécessaire. La faiblesse humaine s’unit à la force divine, et la foi s’écrie: “Grâces soient rendues à Dieu, qui nous donne la victoire par notre Seigneur Jésus Christ!” 5331 Corinthiens 15:57. — The Review and Herald, 3 mai 1881; The Sanctified Life, 92, 93. {EMS2 532.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 533.1

Colères légitimes — Il est vrai qu’il existe une indignation légitime même chez les disciples du Christ. On est saisi d’une juste colère, qui n’est pas un péché, mais le fruit d’une conscience sensible, quand on voit Dieu déshonoré ou son service discrédité, ou l’innocent opprimé. — Jésus Christ, 299 (1898). {EMS2 533.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 533.2

La colère de Moïse — Les tables de pierre brisées illustraient seulement le fait qu’Israël avait rompu l’alliance qui avait été si récemment conclue avec Dieu. Il s’agissait d’une indignation justifiée contre le péché, qui résulte non pas d’une colère qui serait le fruit de l’égoïsme ou d’une ambition déçue, mais d’un zèle ardent pour la gloire de Dieu dont parle l’Ecriture: “Si vous vous mettez en colère, ne péchez pas.” Ephésiens 4:26. Telle était la colère de Moïse. — The Review and Herald, 18 février 1890; Testimonies to Ministers and Gospel Workers, 101. {EMS2 533.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 533.3

Une sainte colère — Le Christ s’indignait de l’hypocrisie et des péchés scandaleux par lesquels ces hommes détruisaient leurs âmes, séduisaient le peuple et déshonoraient Dieu. Sous les arguments spécieux et trompeurs des prêtres et des chefs, il discernait l’influence des instruments de Satan. Bien qu’il stigmatisât le péché avec la plus grande énergie, et qu’il éprouvât une sainte colère contre le prince des ténèbres, il ne manifesta aucune impatience et ne se montra pas irrité. De même, le chrétien qui vit en harmonie avec Dieu et possède les douces qualités de l’amour et de la compassion pourra éprouver une juste indignation à l’égard du péché, mais la passion ne le fera pas maltraiter ceux qui le maltraitent. Même s’il doit affronter ceux qu’une puissance inférieure pousse à défendre l’erreur, il trouvera, en Christ, la force nécessaire pour rester calme et maître de lui-même. — Jésus Christ, 618 (1898). {EMS2 533.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 533.4

Ne pas cultiver la colère — Nombreux sont ceux qui considèrent les choses sous leur jour le plus sombre; ils exagèrent leurs prétendus griefs, cultivent leur colère, sont remplis d'un 534esprit de vengeance, de haine, alors qu'en réalité, ils n'ont pas de vrais motifs d'avoir de tels sentiments... Résistez à ces mauvais sentiments, et vous ferez l'expérience d'un grand changement dans vos relations avec vos semblables. — The Youth's Instructor, 10 novembre 1886. {EMS2 533.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 534.1

Influence maléfique de l'impatience — On fait bien du mal, dans la famille, lorsqu'on parle avec impatience, car cela incite l'autre à répliquer de la même manière et dans le même esprit. On échange alors des ripostes, on cherche à se justifier et on finit par se laisser envahir par le découragement et l'exaspération; car tous ces propos amers se répercutent fatalement sur l'âme. — The Review and Herald, 27 février 1913; Foyer chrétien, 424. {EMS2 534.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 534.2

Les paroles dures pénètrent dans l'oreille pour atteindre jusqu'au cœur, elles allument les passions les plus basses et incitent hommes et femmes à transgresser les commandements de Dieu... Les mots sont de véritables semences que l'on répand. — Lettre 105, 1893; Foyer chrétien, 424, 425. {EMS2 534.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 534.3

Parmi les membres de nombreuses familles on a pris l'habitude de parler à la légère, sans réfléchir; on se laisse aller de plus en plus à proférer des mots blessants et on finit par dire des grossièretés sous l'influence de Satan et non plus sous celle de Dieu... On ne devrait jamais prononcer des paroles véhémentes sous le coup de la colère, car, aux yeux de Dieu et des saints anges, elles équivalent à des blasphèmes. — The Youth's Instructor, 20 septembre 1894; Foyer chrétien, 425. {EMS2 534.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 534.4

Les trois premières années de la vie d'un enfant — Si l'égoïsme, la colère et l'obstination dominent les trois premières années de la vie d'un enfant, il sera difficile ensuite de l'amener à se soumettre à une saine discipline. Son caractère se déforme; il aime agir à sa guise et ne supporte pas la surveillance de ses parents. Ces mauvaises tendances se développeront en même temps que lui et lorsqu'il sera devenu adulte, son égoïsme et son manque de maîtrise personnelle le mettront à la merci des maux qui ravagent notre pays [les Etats Unis]. — The Health Reformer, avril 1877; Tempérance, 137. {EMS2 534.4}

535

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 535.1

Ne pas corriger les enfants sous l'empire de la colère — Dieu considère les enfants avec tendresse. Il désire qu'ils remportent chaque jour des victoires. Essayons de les aider à vaincre.

Faisons en sorte qu'ils ne soient pas traumatisés par les membres de leur propre famille. Veillons à ce que nos paroles et nos actes ne soient pas de nature à les inciter à la colère. Ils doivent toutefois être disciplinés comme il convient et corrigés quand ils agissent mal, mais jamais sous l'empire de la colère. — Manuscrit 47, 1908. {EMS2 535.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 535.2

Un parent fait preuve de mauvaise humeur devant son enfant et s'étonne qu'il soit si difficile à gouverner. Mais à quoi d'autre faut-il s'attendre? Les enfants sont enclins à imiter ce qu'ils voient, et l'enfant met en pratique les leçons que ses parents lui ont enseignées par leurs explosions de colère... {EMS2 535.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 535.3

Il se peut que vous soyez amené à sévir. Cela est parfois nécessaire. Mais surtout, ne le frappez jamais sous le coup de la colère. Sinon, en essayant de guérir un mal, vous ne feriez que l'aggraver. Différez donc la punition jusqu'à ce que vous ayez réfléchi et parlé à Dieu. Posez-vous la question: Est-ce que j'ai soumis ma volonté à celle du Seigneur? Suis-je dans les dispositions requises pour qu'il puisse me dominer? Demandez pardon à Dieu d'avoir transmis à votre enfant une inclination si difficile à maîtriser. Demandez-lui la sagesse nécessaire pour que vous puissiez éduquer votre enfant rebelle de manière à l'attirer plus près de vous et de son Père céleste. — The Review and Herald, 8 juillet 1902. {EMS2 535.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 535.4

Au péril de sa vie — Le fait de se laisser aller à des émotions violentes met la vie en danger. Beaucoup meurent sur un coup de colère ou de passion. Nombreux sont ceux qui s'habituent à de tels accès. Ils peuvent y mettre un terme s'ils le veulent, mais cela demande un effort de volonté pour triompher d'une telle mauvaise habitude. Tout cela doit faire partie de l'éducation dispensée à l'école, car nous appartenons à Dieu. Le temple sacré du corps doit être gardé pur et sans tache, afin que le Saint Esprit puisse y habiter. — Lettre 103, 1897; Our High Calling, 265. {EMS2 535.4}

536

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 536.1

Le système nerveux mis à mal — Il y a une catégorie de gens qui en sont arrivés à être dépourvus de maîtrise de soi; ils n'ont pas su dominer leur tempérament ou leur langue; et certains prétendent être disciples du Christ, mais ils ne le sont pas. Jésus ne leur a pas donné un tel exemple... Ils sont déraisonnables et ne se laissent pas facilement persuader. Ils ne sont pas sensés; Satan les tient entièrement sous sa coupe. De plus, chacune de ces crises de colère affaiblit le système nerveux et les facultés morales, et rend plus difficile encore d'endiguer la colère à la prochaine provocation. — The Youth's Instructor, 10 novembre 1886; Sons and Daughters of God, 142. {EMS2 536.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 536.2

Ivres de colère — Combien Satan se réjouit quand il peut rendre quelqu'un blanc de colère! Il suffit d'un regard, d'un geste, d'une intonation utilisés comme une flèche du diable pour blesser et empoisonner le cœur qui s'y prête. {EMS2 536.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 536.3

Lorsqu'une personne se laisse aller à l'irritation, elle est tout aussi intoxiquée que l'homme qui porte le verre d'alcool à ses lèvres. {EMS2 536.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 536.4

Le Christ assimile la colère au meurtre... Les paroles violentes sont une odeur de mort qui mène à la mort. Celui qui les profère ne coopère pas avec Dieu au salut de ses semblables. Le ciel place ces vociférations dans la même catégorie que les blasphèmes. Là où l'on cultive la haine dans l'âme, il n'y a aucune place pour l'amour de Dieu. — Lettre 102, 1901; Our High Calling, 235. {EMS2 536.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 536.5

L'homme irritable est rarement de bonne humeur — Personne ne saurait affaiblir notre influence comme nous le pouvons nous-mêmes si nous donnons libre cours à une humeur incontrôlable. Un homme au tempérament irritable ignore ce qu'est la vraie joie et est rarement de bonne humeur. Il espère constamment bénéficier d'une meilleure situation ou changer son entourage de manière à jouir d'un esprit calme et serein. Sa vie semble chargée de lourdes croix et d'épreuves, alors que s'il avait maîtrisé son tempérament et tenu sa langue en bride, un grand nombre de ces difficultés lui auraient été 537épargnées. "Une réponse douce calme la fureur." Proverbes 15:1. Au contraire, un esprit de vengeance n'a jamais pu conquérir un ennemi. Un tempérament bien maîtrisé exerce une très bonne influence sur tous ceux qui nous entourent; mais "une ville forcée et sans murailles, tel est l'homme qui n'est point maître de lui-même". Proverbes 25:28. — Testimonies for the Church 4:367, 368 (1879). {EMS2 536.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 537.1

Plus facile de parler à une grande assemblée — C'est un mal bien plus grand de s'adonner à des sentiments impétueux devant un grand auditoire — visant l'une ou l'autre des personnes présentes, ou toutes indifféremment — que d'aller trouver ceux qui sont coupables et de les reprendre individuellement. L'offense produite par une telle dénonciation publique, sévère et hautaine, au lieu d'être un avertissement personnel, revêt un caractère d'autant plus grave aux yeux de Dieu que la congrégation est plus importante et le blâme plus général. Il est toujours plus facile de donner libre cours à ses sentiments devant un auditoire, en présence de plusieurs personnes, que d'aller trouver ceux qui s'égarent et, en tête-à-tête, ouvertement, franchement et simplement leur exposer leurs erreurs. {EMS2 537.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 537.2

Mais apporter dans la maison de Dieu des sentiments enflammés envers l'un ou l'autre et faire souffrir les innocents avec les coupables est une manière d'agir que le Seigneur n'approuve pas et qui fait plus de mal que de bien. — Témoignages pour l'Église 2:137 (1880). {EMS2 537.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 537.3

On entend trop souvent des messages qui critiquent et dénoncent devant toute une congrégation. Ceux-ci n'encouragent pas la charité chez les frères. Ils ne les rendent pas plus spirituels, ni les conduisent à plus de sainteté, ni les rapprochent du ciel. Au contraire, un esprit d'amertume s'éveille dans les cœurs. Ces sermons très véhéments, qui coupent les gens de toutes pièces, sont parfois nécessaires pour réveiller, alarmer et convaincre. Mais à moins qu'ils ne portent le sceau direct de l'Esprit de Dieu, ils font plus de mal que de bien. — Testimonies for the Church 3:507, 508 (1880). {EMS2 537.3}

538

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 538.1

La raison détrônée — J'espère que vous agirez avec prudence et que vous reviendrez sur votre premier désir d'ignorer les règles de l'établissement scolaire. Examinez en toute objectivité la valeur de la direction de notre école. Les règles prescrites n'étaient pas trop sévères. Mais on a cultivé la colère; pendant un certain temps, la raison a été détrônée et le cœur est devenu la proie d'une irritation ingouvernable. Avant même de vous en rendre compte, vous vous êtes engagé dans une voie que vous n'auriez pas suivie, même sous le coup d'une tentation. L'impulsion a pris le pas sur la raison, et vous n'avez pu réparer le mal que vous avez causé à vous-même et à une institution de Dieu. Le plus sûr en toute circonstance est de rester toujours maître de nous-mêmes par la force de Jésus notre Rédempteur. — Testimonies for the Church 4:431 (1880). {EMS2 538.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 538.2

Renoncer à pratiquer la loi du talion — Il est infiniment préférable de se laisser accuser faussement que d'appliquer la loi du talion à nos ennemis. L'esprit de haine et de vengeance nous vient de Satan et cet esprit ne peut qu'apporter le mal à celui qui l'accueille. L'humilité du cœur, la douceur, qui est le fruit de la présence du Christ en nous, voilà le vrai secret de la bénédiction. "Il glorifie les malheureux en les sauvant." Psaumes 149:4. — Heureux ceux qui, 23. {EMS2 538.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 538.3

Comment réagir à des paroles vexantes — Que ceux qui s'irritent facilement refusent de répliquer lorsque des paroles vexantes leur sont adressées. Qu'ils recherchent le Seigneur dans la prière et lui demandent de leur montrer comment travailler en faveur des âmes qui périssent dans le péché. Celui qui se consacrera à cette œuvre sera tellement pénétré par l'Esprit de Dieu que son comportement, sa voix, sa vie tout entière sera une révélation du Christ. Faites-en l'expérience, mes frères, faites-en l'expérience. Crucifiez le moi, au lieu de chercher à crucifier

vos frères. “Si quelqu’un veut venir après moi, dit le Christ, qu’il renonce à lui-même, qu’il se charge de sa croix et qu’il me suive.” Matthieu 16:24. — Lettre 11, 1905. {EMS2 538.3}

539

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 539.1

La valeur du silence — Il y a une puissance remarquable dans le silence. Si des paroles impatientes vous sont adressées, ne rendez pas la pareille. Les paroles dites à une personne en colère agissent habituellement comme un fouet, provoquant une plus grande fureur. Mais une colère qui se heurte au silence ne tarde pas à s’évanouir. Que le chrétien bride sa langue, fermement résolu à ne prononcer aucune parole dure et impatiente. Une langue bridée lui assure la victoire chaque fois que sa patience est mise à l’épreuve. — The Review and Herald, 31 octobre 1907; Message à la jeunesse, 133, 134. {EMS2 539.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 539.2

Faire preuve d’un esprit conciliant — En ce qui concerne vos relations actuelles avec l’église, je vous conseille de faire tout votre possible pour être en harmonie avec vos frères. Cultivez un esprit de bienveillance et de conciliation, et ne permettez pas que des sentiments de vengeance naissent dans votre esprit et dans votre cœur. Nous avons peu de temps à passer dans ce monde; travaillons donc pour le temps et pour l’éternité. Efforcez-vous d’affermir votre vocation et votre élection. Ne commettez aucune erreur concernant votre entrée dans le royaume du Christ. Si votre nom est inscrit dans le livre de vie de l’Agneau, tout ira bien pour vous. Soyez disposé à et désireux de confesser vos fautes et de les abandonner, pour qu’après être passés en jugement, vos erreurs et vos péchés soient effacés. — Testimonies for the Church 5:331 (1885). {EMS2 539.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 539.3

La victoire est possible — Les enseignements du Christ mis en pratique dans la vie élèveront les humains, si humbles soient-ils, dans l’échelle de la valeur morale aux yeux de Dieu. Ceux qui s’efforcent de surmonter leurs travers naturels ne sauraient être couronnés s’ils ne luttent pas selon les règles. Mais ceux qui se consacrent souvent à la prière et qui recherchent la sagesse d’en haut ressembleront au divin. Les manières grossières, le tempérament [apparemment] indomptable seront soumis à la loi divine. — Lettre 316, 1908. {EMS2 539.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 539.4

Un seul remède — Il n’y a qu’un seul remède: pratiquer la 540maîtrise de soi en toute circonstance. Chercher à être placé dans un endroit favorable, où le moi ne sera pas contrarié, peut réussir pendant un certain temps; mais Satan sait comment aborder ces pauvres âmes, et il ne cessera de les attaquer sur leurs points faibles. Ces gens seront constamment troublés aussi longtemps qu’ils se préoccuperont d’eux-mêmes à ce point... Mais il y a de l’espoir pour eux. Que cette vie, si tourmentée par des conflits et des préoccupations, soit mise en relation avec le Christ, et le moi cessera de revendiquer la suprématie... Ils devraient s’humilier, et dire en toute

franchise: “J’ai eu tort. Pardonnez-moi, car Dieu a dit que le soleil ne doit pas se coucher sur notre colère.” Tel est le seul chemin qui conduit à la victoire. Nombreux... sont ceux qui cultivent leur colère et sont pleins d’un esprit de vengeance, de sentiments de haine... Résistez à ces mauvais sentiments, et vous ferez l’expérience d’un grand changement dans vos rapports avec vos semblables. — The Youth’s Instructor, 10 novembre 1886; Sons and Daughters of God, 142. {EMS2 539.4}

541

Chapitre 57 — La haine et l’esprit de vengeance

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 541.1

Semences de mauvaises actions. — L’esprit de haine et de vengeance — dont Satan est l’auteur — fit mettre à mort le Fils de Dieu. Quiconque ouvre son cœur à la rancune et à la malveillance y accueille un esprit dont les fruits sont mortels. Le mal y est enfermé comme la plante l’est dans la semence. “Quiconque hait son frère est un meurtrier, et vous savez qu’aucun meurtrier n’a la vie éternelle demeurant en lui.” 1 Jean 3:15. — Heureux ceux qui, 51. {EMS2 541.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 541.2

L’esprit de haine avilit — Il me fut montré que Satan était une fois un ange heureux, élevé. Puis je le vis comme il est maintenant. Il conserve une allure royale; ses traits sont encore nobles, car c’est un ange tombé. Mais l’expression de son visage est chargée d’anxiété, de soucis, de tristesse, de haine, de déceptions, de tous les maux... Sa longue habitude du mal dégradait toutes ses qualités, et chaque mauvais trait était développé. — Premier écrits, 152 (1882). {EMS2 541.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 541.3

Un conflit séculaire entre la haine et l’amour — L’inimitié 542qu’il [Satan] nourrit contre le Fils de Dieu, il la manifeste contre ses disciples. A travers toute l’histoire de l’humanité, nous trouvons chez lui la même haine des principes de la loi de Dieu, la même politique mensongère par laquelle l’erreur se présente sous les couleurs de la vérité, les lois humaines sous le manteau de la loi de Dieu, et le culte de la créature sous celui du Créateur. De siècle en siècle Satan s’efforce de dénaturer le caractère de Dieu, afin de le faire redouter et haïr plutôt qu’aimer, de discréditer la loi divine et d’annuler son autorité sur les cœurs, et, enfin, de persécuter ceux qui osent résister à ses impostures. Ses agissements sont visibles dans l’histoire des patriarches, des prophètes, des apôtres, des martyrs et des réformateurs. — La tragédie des siècles, 14 (1888). {EMS2 541.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 542.1

En harmonie avec Satan — Quand l'homme transgressa la loi divine, sa nature se pervertit, de sorte qu'il fut non en désaccord mais en harmonie avec Satan. — The Great Controversy 1888:505 (1888). {EMS2 542.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 542.2

Une haine impérissable — La haine des purs principes de la vérité et la persécution de ceux qui s'en font les défenseurs dureront aussi longtemps que le péché et les pécheurs. Il n'y a pas d'accord possible entre les disciples du Christ et les suppôts de Satan. — La tragédie des siècles, 551 (1888). {EMS2 542.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 542.3

Les racines d'agressivité et de haine — L'esprit qui fit naître la révolte dans la demeure de Dieu la fomente encore aujourd'hui sur la terre... La lutte contre le péché suscite encore aujourd'hui la résistance et la haine. Quand Dieu parle aux consciences par des messages d'avertissement, Satan pousse les hommes à se justifier et à chercher de la sympathie. Au lieu d'abandonner leurs erreurs, ils excitent l'indignation contre ceux qui les censurent, comme si ces derniers étaient la cause du mal. Depuis Abel jusqu'à maintenant, cet esprit s'est toujours manifesté envers ceux qui osent condamner le péché. — La tragédie des siècles, 542, 543 (1888). {EMS2 542.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 542.4

Les fruits amers de la jalousie et de l'envie. — Bien que Saül {EMS2 542.4}

543

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 543.1

fît l'impossible pour trouver l'occasion favorable de mettre fin aux jours de l'oint de l'Eternel, ses ruses échouaient toujours. De son côté, David, se confiant en celui qui est "admirable en ses desseins et merveilleux dans les moyens qu'il emploie" (Ésaïe 28:29), lui demandait constamment de le diriger. Les tribulations auxquelles l'exposait la jalousie du roi le rapprochaient de Dieu, son unique défenseur. En outre, l'affection de Jonathan contribuait à protéger sa vie. Dieu poursuivait ses desseins envers son serviteur et envers son peuple. {EMS2 543.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 543.2

Le mal que fait l'envie dans le monde est incalculable. Elle y engendre l'inimitié cruelle qui avait soulevé Caïn contre son frère Abel. "Les œuvres d'Abel étaient justes, est-il écrit, tandis que celles de Caïn étaient mauvaises." 1 Jean 3:12. C'est pour cette raison que Dieu n'avait pu le bénir. L'envie est fille de l'orgueil. Elle engendre la haine, puis la violence et le meurtre. En incitant la fureur de Saül contre un homme qui ne lui avait fait que du bien, Satan révélait son propre caractère. — Patriarches et prophètes, 635 (1890). {EMS2 543.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 543.3

La perspective du jugement — La loi de Dieu prend note de la jalousie, de l'envie, de la haine, de la malice, de la vengeance, de la convoitise, de l'ambition qui sourdent dans l'âme sans avoir encore trouvé à se traduire en actes, parce que la volonté y était, mais l'occasion a manqué. Et ces émotions coupables seront prises en considération au jour où "Dieu amènera toute œuvre en jugement, au sujet de tout ce qui est caché, soit bien, soit mal." Ecclésiaste 12:14. — The Signs of the Times, 15 avril 1886; Messages choisis 1:254. {EMS2 543.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 543.4

La source du mal — Jésus prend séparément chacun des commandements, et il en dévoile la profondeur et la portée. Bien loin d'en amoindrir la force, il montre jusqu'où vont les principes qu'ils renferment, et met en évidence l'erreur fatale que commettent les Juifs en se contentant d'une obéissance extérieure. Il déclare qu'une mauvaise pensée ou un regard de convoitise constitue une transgression de la loi divine. 544Quiconque conque se rend complice de la moindre injustice viole la loi, et se dégrade moralement. Le meurtre prend naissance dans l'esprit. Celui qui admet dans son cœur un sentiment de haine s'engage sur la voie du meurtre et ses offrandes sont une abomination aux yeux de Dieu. — Jésus Christ, 299 (1898). {EMS2 543.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 544.1

Violation du sixième commandement — Toute injustice tendant à abréger la vie; tout esprit de haine ou de vengeance; toute colère qui pousse à commettre des actions préjudiciables au prochain ou même seulement à lui souhaiter du mal — car "quiconque hait son frère est un meurtrier" (1 Jean 3:15) — , tout égoïsme qui fait négliger les soins dus aux indigents et aux malades, toutes ces choses constituent, à des degrés divers, des violations du sixième commandement. — Patriarches et prophètes, 281 (1890). {EMS2 544.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 544.2

Satan insuffle la haine — Si l'on permet à Satan de façonner la volonté, il saura s'en servir pour réaliser ses desseins. Il invente des théories d'incrédulité et incite le cœur humain à déclarer la guerre à la Parole de Dieu. Par des efforts persévérants, il cherche à inspirer aux hommes la haine violente qu'il éprouve pour Dieu, à les dresser contre les institutions et les exigences du ciel et contre l'œuvre du Saint Esprit. Il enrôle sous son étendard toutes les puissances malfaisantes et les conduit à la bataille contre le bien. — The Review and Herald, 10 février 1903; Message à la jeunesse, 52. {EMS2 544.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 544.3

Jésus était haï parce que différent — La différence entre le caractère du Christ et celui des autres hommes de son temps était partout évidente, et en raison même de cette différence, le monde le haïssait. Il le haïssait à cause de sa bonté et de sa totale intégrité. Le Sauveur déclara que ceux qui ont les mêmes traits de caractère seront haïs de même. A mesure que nous approchons de la fin des temps, cette haine envers les disciples du Christ sera de plus en plus manifeste. {EMS2 544.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 544.4

Le Christ a revêtu l'humanité et il a porté la haine du monde pour montrer aux hommes et aux femmes qu'ils 545peuvent vivre sans péché, que leurs paroles, leurs actes, leur esprit peuvent être consacrés à Dieu. Nous pouvons être des chrétiens parfaits si cette puissance est manifestée dans nos vies. Quand la lumière du ciel repose sur nous en permanence, nous refléterons le Christ. C'était la justice révélée dans sa vie qui différenciait Jésus du monde et qui lui attirait sa haine. — Manuscrit 97, 1909. {EMS2 544.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 545.1

Une haine sans merci — Satan contesta chacune des revendications du Fils de Dieu et employa comme agents des hommes chargés de semer sa vie de souffrance et de tristesse. Les sophismes et les mensonges par lesquels il s'efforça d'entraver l'œuvre de Jésus, la haine manifestée par ses vicaires, ses cruelles accusations contre une vie de bonté sans exemple: tout cela dénotait une rancœur séculaire qui se déchaîna sur le Fils de Dieu au Calvaire comme un torrent de malignité, de haine et de vengeance que le ciel entier contempla dans un silence glacé d'horreur. — La tragédie des siècles, 544 (1888). {EMS2 545.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 545.2

La haine à l'égard des parents (message adressé à une jeune femme) — Vous avez notamment quelque chose à faire pour confesser humblement votre attitude irrespectueuse envers vos parents. Ce comportement anormal est injustifiable. C'est un esprit satanique auquel vous vous êtes laissé aller parce que votre mère n'a pas sanctionné votre attitude. Vos sentiments ne s'expriment pas seulement par de l'aversion, par un irrespect manifeste, mais par de la haine, de la méchanceté, de la jalousie qui se traduisent dans vos actes et qui engendrent souffrances et frustration. Vous n'éprouvez pas le besoin de les rendre heureux [vos parents], ni même de leur faciliter la vie. Vos sentiments sont changeants. Parfois votre cœur s'émeut, puis il se referme aussitôt lorsque vous constatez en eux quelque travers, et les anges ne peuvent lui inspirer un sentiment d'amour. {EMS2 545.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 545.3

Vous êtes dominée par un démon maléfique; vous êtes odieuse et méchante. Dieu a pris note de vos paroles irrespectueuses, de vos actes malveillants à l'égard de vos parents, 546qu'il vous a prescrit d'honorer; si vous n'arrivez pas à prendre conscience de ce grand péché et à vous en repentir, vous vous enfoncerez de plus en plus dans les ténèbres jusqu'à ce que vous soyez abandonnée à vos mauvaises voies. — Testimonies for the Church 2:82, 83 (1868). {EMS2 545.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 546.1

Ce dont Satan se réjouit — Quelle tristesse de voir des enfants se montrer indisciplinés et désobéissants à l'égard de parents qui ont la crainte de Dieu. Ils sont ingrats et volontaires, décidés à suivre leurs caprices, sans s'inquiéter de la peine qu'ils occasionnent à leurs parents!

Satan prend plaisir à gouverner le cœur des enfants; si on le laisse faire, il leur communiquera son esprit odieux. — The Youth's Instructor, 10 août 1893; Message à la jeunesse, 331. {EMS2 546.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 546.2

A quoi s'exposent ceux qui donnent libre cours à la haine — Nul ne peut haïr son frère, et même son ennemi, sans s'exposer lui-même à la condamnation. — The Youth's Instructor, 13 janvier 1898. {EMS2 546.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 546.3

La vengeance n'est pas douce — Souvenez-vous que des paroles de vengeance n'ont jamais permis à personne de croire qu'il avait remporté une victoire. Que le Christ parle par vous. Ne vous privez pas de la bénédiction qui découle du fait que l'on s'abstient de penser du mal. — Testimonies for the Church 7:243 (1902). {EMS2 546.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 546.4

Facultés obscurcies — L'orgueil, l'égoïsme, la haine, l'envie et la jalousie ont obscurci les facultés perceptives, et la vérité, qui aurait dû vous rendre sage à salut, a perdu son pouvoir de subjuguer et de dominer l'esprit. — Testimonies for the Church 2:605, 606 (1871). {EMS2 546.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 546.5

Le pouvoir de l'amour — Ne permettez pas à votre ressentiment de dégénérer en méchanceté. Craignez que votre blessure ne devienne purulente et ne vous suggère des paroles venimeuses qui contaminent ceux qui les entendent. Que votre esprit et l'esprit de celui qui vous a offensé ne soient pas envahis par de méchantes pensées... Allez trouver votre frère, 547et exposez-lui votre point de vue avec humilité et sincérité... {EMS2 546.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 547.1

Le ciel tout entier s'intéresse à l'entrevue de celui qui a été offensé avec celui qui s'est égaré... L'huile de l'amour a dissipé l'irritation occasionnée par la faute. L'Esprit de Dieu a uni les cœurs et de douces mélodies se font entendre au ciel. — Témoignages pour l'Église 3:235, 236 (1902). {EMS2 547.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 547.2

Conquis par l'amour — Ce n'est ni le rang terrestre, ni la naissance, ni la race, ni les privilèges religieux qui font de nous des membres de la famille céleste. C'est l'amour, un amour qui embrasse l'humanité tout entière. Même les pécheurs dont le cœur n'est pas irrémédiablement fermé à l'Esprit de Dieu sont susceptibles de répondre à la bonté; de même qu'ils rendent la haine pour la haine, ils rendront l'amour pour l'amour. Mais ce n'est que par l'Esprit de Dieu qu'ils agiront ainsi. Témoigner de la bonté aux ingrats et aux méchants, faire du bien sans rien attendre en retour, voilà les signes irréfutables auxquels on reconnaît les

citoyens du royaume des cieux, et par lesquels les enfants du Très-Haut attestent leur filiation divine. — Heureux ceux qui, 64. {EMS2 547.2}

548

Chapitre 58 — La foi

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 548.1

Une définition — Il faut enseigner la foi, une foi salvatrice. La définition de cette foi en Jésus Christ peut se résumer en quelques mots: c'est le mouvement de l'âme par lequel l'homme tout entier s'abandonne à la garde et à l'autorité de Jésus Christ. L'homme demeure dans le Christ, et par la foi le Christ règne en maître sur l'âme. Le croyant livre son âme et son corps à Dieu et peut dire avec confiance: "Je suis persuadé qu'Il a la puissance de garder mon dépôt jusqu'à ce jour-là". 2 Timothée 1:12. Tout ceux qui le feront seront sauvés pour la vie éternelle. Ils auront l'assurance que leur âme est lavée dans le sang du Christ, revêtue de sa justice et qu'elle est précieuse aux yeux de Jésus. Nos pensées et nos espoirs sont fixés sur la seconde venue de notre Seigneur. En ce jour-là, le Juge de toute la terre récompensera la confiance de son peuple. — Manuscrit 6, 1889. {EMS2 548.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 548.2

Autres définitions — C'est par la foi que nous recevons la grâce de Dieu; mais la foi n'est pas notre Sauveur. Elle ne constitue pas un mérite. Elle n'est que la main qui saisit le 549Christ, s'appuie sur ses mérites qui apportent un remède au péché. — Jésus Christ, 157, 158 (1898). {EMS2 548.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 549.1

Avoir la foi, c'est faire confiance à Dieu, croire qu'il nous aime et sait mieux que personne ce qui est pour notre bien. Cela nous amène à suivre sa voie au lieu de la nôtre, à accepter sa sagesse au lieu de notre ignorance, sa force au lieu de notre faiblesse, sa justice au lieu de nos péchés. Nos vies lui appartiennent, nous lui appartenons déjà; notre foi reconnaît cet état de fait et l'accepte, avec toutes les bénédictions qu'il entraîne. La vérité, l'honnêteté, la pureté sont, nous l'avons vu, les secrets d'une vie réussie; c'est par la foi que nous y accédons. — Education, 285 (1903). {EMS2 549.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 549.2

Une confiance enfantine — La foi est simple quant à son fonctionnement et puissante quant à ses résultats. De nombreux soi-disant chrétiens — tout en connaissant la sainte Parole et en croyant dans sa véracité — manquent de la confiance enfantine qui est vitale dans la religion du Christ. Ils n'arrivent pas à établir le contact particulier qui a pour effet de guérir l'âme. — Redemption: The Miracles of Christ, 97 (1874); The S.D.A. Bible Commentary 6:1074. {EMS2 549.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 549.3

Un malentendu dissipé — L'humilité, la douceur et l'obéissance ne sont pas la foi, mais elles en sont les fruits. — Témoignages pour l'Église 2:167 (1885). {EMS2 549.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 549.4

Foi et assurance — Ces récits [ceux qui soulignent la foi de l'apôtre Paul] n'ont pas été écrits seulement pour être lus et admirés, mais pour que la foi qui habitait les serviteurs de Dieu autrefois puisse aussi nous habiter. Lorsque le Seigneur trouve des cœurs disposés à être des canaux de sa grâce, il agit aujourd'hui d'une façon tout aussi éclatante qu'alors. {EMS2 549.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 549.5

Que ceux qui n'ont pas confiance en eux-mêmes et qui, à cause de cela, reculent devant les responsabilités, apprennent à s'en remettre à Dieu. Beaucoup d'entre eux, qui sans cela n'auraient été qu'un simple numéro ou un fardeau inutile, pourront dire avec l'apôtre Paul: "Je puis tout par celui qui 550me fortifie." Philippiens 4:13. — Education, 288, 289 (1903). {EMS2 549.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 550.1

Une expérience quotidienne — Les petits événements de la vie, tout autant que les grands, requièrent notre foi. Si nous nous y abandonnons, l'action fortifiante de Dieu est une réalité qui concerne nos intérêts, nos préoccupations de chaque jour. — Education, 287 (1903). {EMS2 550.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 550.2

La foi doit être enseignée avec clarté — Il faut montrer comment exercer la foi. Chaque promesse de Dieu s'accompagne de conditions. Si nous voulons faire sa volonté, le Seigneur nous accorde toute sa puissance. Quel que soit le don promis, il est là, dans la promesse. "La semence, c'est la parole de Dieu." Luc 8:11. La promesse contient le don divin aussi sûrement que le gland contient le chêne. Si nous recevons la promesse, nous détenons le don. — Education, 285, 286 (1903). {EMS2 550.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 550.3

Des richesses pour les enfants éprouvés — Aux enfants qui souffrent facilement dans la vie, la foi réserve des richesses. Leur disposition à résister au mal ou à venger les torts est souvent motivée par un sens aigu de la justice et un esprit vif, vigoureux. Apprenons à ces enfants que Dieu est le gardien du bien; il veille avec tendresse sur ceux qu'il aime tant qu'il a donné pour les sauver son Fils bien-aimé; il se chargera lui-même des méchants. — Education, 289 (1903). {EMS2 550.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 550.4

Apprendre à exercer sa foi — La foi agit par l'amour et purifie l'âme de tout égoïsme. Ainsi, l'âme est rendue parfaite dans l'amour. Ayant trouvé la grâce et la miséricorde par le sang précieux du Christ, comment pourrions-nous ne pas faire preuve de sensibilité et de bonté? "C'est par la grâce en effet que vous êtes sauvés, par le moyen de la foi." Ephésiens 2:8. L'esprit devrait apprendre à exercer sa foi plutôt que de cultiver le doute, le soupçon et la jalousie. Nous sommes trop enclins à considéérer les obstacles comme autant d'impossibilités. {EMS2 550.4}

551

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 551.1

Se confier dans les promesses de Dieu, marcher par la foi, avancer sans se laisser influencer par les circonstances est une leçon difficile à apprendre. Cependant, il est nécessaire que chaque enfant de Dieu apprenne cette leçon. La grâce divine en Jésus Christ doit sans cesse être cultivée; car elle nous est donnée comme le seul moyen de nous approcher de Dieu. La foi dans les paroles de Dieu, que le Christ a prononcées au travers de la colonne de nuée, aurait dû permettre aux enfants d'Israël de nous laisser un récit tout-à-fait différent. Leur manque de foi en Dieu a eu pour résultat une histoire particulièrement tourmentée. — Manuscrit 43, 1898. {EMS2 551.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 551.2

Ne pas confondre foi et présomption — Contrairement à l'évidence des faits, certains ont prétendu avoir une grande foi en Dieu, bénéficier de dons particuliers et d'exaucements spéciaux de leurs prières. Ils ont confondu foi et présomption. La prière de la foi n'est jamais vaine; mais prétendre qu'elle sera toujours exaucée de la manière et pour ce qu'on en attend est de la présomption. — Testimonies for the Church 1:231 (1861). {EMS2 551.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 551.3

Contrefaçon diabolique de la foi — La foi ne peut être alliée à la présomption. Celui-là seul qui a la vraie foi est à l'abri de la présomption. Car celle-ci est la contrefaçon diabolique de la foi. La foi revendique les promesses divines, et produit des fruits d'obéissance. La présomption revendique elle aussi des promesses, mais elle s'en sert, comme Satan, pour justifier le péché. {EMS2 551.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 551.4

La foi aurait conduit nos premiers parents à se confier en l'amour de Dieu, à obéir à ses commandements. La présomption les amena à transgresser sa loi, pensant que son grand amour les préserverait des conséquences de leur péché. Ce n'est pas la foi qui implore la faveur du ciel sans remplir les conditions auxquelles est subordonné le don de la grâce. Une foi authentique a son fondement dans les promesses et les dispositions de l'Ecriture. — Jésus Christ, 109 (1898). {EMS2 551.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 551.5

Cultiver la foi — Ceux qui parlent de foi et qui la cultivent 552auront la foi; mais ceux qui entretiennent et qui expriment des doutes auront des doutes. — Testimonies for the Church 5:302 (1885). {EMS2 551.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 552.1

Il ne faut pas vous imaginer que si vous avez commis des fautes, vous êtes toujours sous la condamnation. Ne permettez pas que la vérité soit dépréciée à vos yeux du fait que ceux qui la professent ont une vie inconséquente. Cultivez la foi dans la vérité du message du troisième ange. Si vous ne la cultivez pas, elle perdra peu à peu de l'importance dans votre esprit et dans votre cœur. Vous ferez une expérience comparable à celle des vierges folles qui ne prirent pas une provision d'huile pour leurs lampes et dont la lumière s'est éteinte. La foi doit être entretenue. Si elle a faibli, elle est comme une plante malade qui doit être exposée au soleil, arrosée et soignée avec attention. — Lettre 97, 1895. {EMS2 552.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 552.2

Pour que l'âme soit capable de se dépasser — Quand des nuages s'interposent entre votre âme et Dieu, quand tout autour de vous est sombre et menaçant, quand l'ennemi est sur le point de vous détourner de Dieu et de sa vérité, quand l'erreur se présente sous un aspect plausible et attrayant, il est temps de prier et d'exercer votre foi en Dieu... Lorsque la foi est entretenue, l'âme est capable de se dépasser et de dissiper l'ombre diabolique que l'adversaire projette en travers du chemin de toute âme qui s'efforce d'obtenir une couronne éternelle. — Lettre 30, 1896; Our High Calling, 126. {EMS2 552.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 552.3

Ceux qui attendent des preuves irréfutables — Nombreux sont ceux qui reçoivent la parole du Seigneur, prononcée par ses serviteurs, avec des interrogations et des craintes. Beaucoup renvoient à plus tard leur obéissance aux avertissements et aux réprimandes qui leur sont adressés, et attendent que toutes les incertitudes soient dissipées de leur esprit. L'incrédulité qui exige une parfaite connaissance ne se rendra jamais à l'évidence que Dieu a jugé bon de fournir. Le Seigneur demande de son peuple une foi fondée sur le poids de l'évidence, non sur une connaissance parfaite. Les disciples du Christ qui acceptent la lumière que le Très-Haut leur a 553envoyée doivent obéir à la voix de Dieu qui s'adresse à eux, alors que de nombreuses autres voix s'y opposent. Entendre la voix divine exige du discernement. — Testimonies for the Church 3:258 (1873). {EMS2 552.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 553.1

Nous devons connaître personnellement en quoi consiste le christianisme, ce qu'est la vérité, la foi que nous avons reçue, quelles sont les règles de la Bible — celles qui nous sont données et qui émanent de la plus haute autorité. Nombreux sont ceux qui croient, sans savoir sur quoi repose leur foi, sans fondement suffisant pour en établir la véracité. Si on leur présente une opinion qui s'accorde avec leurs idées préconçues, ils sont tout disposés à l'accepter. Il ne savent pas raisonner selon le principe de cause à effet. Leur foi est dépourvue de fondement

sérieux, et à l'heure de l'épreuve, ils s'apercevront qu'ils ont construit sur le sable. — Lettre 4, 1889. {EMS2 553.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 553.2

L'expression de la foi — Si nous voulions exprimer davantage notre foi, jouir plus intensément des bénédictions que nous savons avoir reçues — la grande miséricorde de Dieu, sa longanimité, son amour — nous aurions chaque jour plus de force. Est-ce que les précieuses paroles dites par le Christ, le Prince de Dieu, ne devraient pas exercer sur nous une plus profonde influence, nous apportant l'assurance que notre Père céleste est plus disposé à donner son Saint Esprit à ceux qui le lui demandent que des parents à donner de bonnes choses à leurs enfants? — Lettre 7, 1892; Messages choisis 2:278. {EMS2 553.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 553.3

Ne pas confondre foi et sentiment — Nombreux sont ceux qui ont des idées confuses sur ce qu'est la foi, et ne jouissent pas des privilèges auxquels ils ont droit. Ils confondent le sentiment et la foi, et sont constamment angoissés et inquiets; Satan tire profit au maximum de leur ignorance et de leur inexpérience... {EMS2 553.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 553.4

Nous devons accepter le Christ comme notre Sauveur personnel — sinon, nos efforts visant à la victoire sont voués à un échec. A quoi nous servirait-il de nous tenir éloignés de lui, de croire que notre ami ou notre voisin peut l'accepter comme son Sauveur personnel, mais que nous ne pouvons pas 554faire l'expérience de son amour qui pardonne. Nous devons croire que nous sommes choisis de Dieu, pour être sauvés en exerçant la foi, par la grâce du Christ et l'œuvre du Saint Esprit; et nous devons louer et glorifier Dieu pour une aussi merveilleuse manifestation de ses faveurs imméritées. {EMS2 553.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 554.1

C'est l'amour de Dieu qui attire l'âme à Jésus Christ, afin qu'elle y soit favorablement accueillie et présentée au Père. Grâce à l'œuvre du Saint Esprit, la relation divine entre Dieu et le pécheur est renouvelée. Le Père déclare: "Je serai leur Dieu et ils seront mon peuple. Je manifesterai envers eux mon amour miséricordieux et je leur donnerai ma joie. Ils seront mon trésor particulier, car le peuple que je me suis réservé proclamera ma louange." — The Signs of the Times, 2 janvier 1893; Our High Calling, 77. {EMS2 554.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 554.2

Surmonter la tristesse — Les sentiments et la foi sont aussi différents que l'est est éloigné de l'ouest. La foi ne dépend pas des sentiments. Chaque jour nous devons nous consacrer à Dieu et croire que le Christ comprend et accepte cette offrande, sans nous demander si nous avons atteint le degré de sentiments qui, à notre avis, devraient correspondre à notre foi. N'avons-nous pas l'assurance que notre Père céleste est davantage disposé à donner le Saint Esprit à ceux qui le lui demandent avec foi que des parents sont prêts à donner de bonnes choses à leurs enfants?

Nous devrions aller de l'avant comme si, après chaque prière présentée au trône de Dieu, nous recevions la réponse de Celui qui ne manque jamais à ses promesses. Même lorsque nous sommes affligés par la tristesse, notre privilège est de chanter à Dieu dans nos cœurs. Si nous le faisons, les brumes et les nuages se dissiperont, et nous sortirons des ombres et des ténèbres pour pénétrer dans le soleil brillant de sa présence. — Manuscrit 75, 1893; Our High Calling, 120. {EMS2 554.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 554.3

Ne pas confondre foi et impulsions — Nombreux sont ceux qui passent de longues années dans l'obscurité et le doute parce qu'ils ne sentent pas les choses comme ils le désirent. Mais les sensations n'ont rien à voir avec la foi. La foi qui est rendue agissante par l'amour et qui purifie l'âme n'est pas une 555question d'impulsions. Une telle foi s'appuie sur les promesses de Dieu, en croyant fermement que ce qu'il a dit, il a aussi le pouvoir de l'accomplir. Nos âmes doivent être exercées à croire; elles doivent apprendre à se reposer sur la Parole de Dieu. Cette Parole déclare: "Le juste vivra par la foi" (Romains 1:17), non par les sentiments. — The Youth's Instructor, 8 juillet 1897; Our High Calling, 119. {EMS2 554.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 555.1

Une foi ferme — Rejetons tout ce qui sent le scepticisme et le manque de foi en Jésus. Engageons-nous dans une vie de confiance simple, enfantine, nous appuyant non sur les sentiments mais sur la foi. Ne déshonorez pas Jésus en doutant de ses précieuses promesses. Il désire que nous croyions en lui avec une foi qui ne vacille pas. — Lettre 49, 1888; Our High Calling, 119. {EMS2 555.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 555.2

Un message tonifiant — Regardez sans cesse à Jésus, offrant des prières silencieuses, avec foi, vous saisissant de sa force, quels que puissent être vos sentiments. Allez courageusement de l'avant, comme si chaque prière était allée se loger dans le trône de Dieu et avait obtenu une réponse de Celui dont les promesses ne font jamais défaut. Allez droit devant vous, en chantant et en psalmodiant dans vos cœurs devant Dieu, même si vous vous sentez déprimés, tristes et accablés. Je vous parle en connaissance de cause, la lumière viendra, vous aurez de la joie, brumes et nuages seront dissipés. Nous échappons à l'influence opprimante de l'ombre et des ténèbres pour émerger à la claire lumière de la présence divine. — Lettre 7, 1892; Messages choisis 2:278. {EMS2 555.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 555.3

La foi témoigne de notre christianisme — Quand vous obtenez aide et soutien, chantez à la louange de Dieu. Vous deviendrez ainsi son ami. Vous vous appuierez sur lui. Vous acquerrez une certaine mesure de foi, même si vous ne l'espérez pas. Souvenez-vous que vos sentiments ne prouvent pas que vous êtes chrétien. Une foi implicite en Dieu montre que vous êtes son enfant. Confiez-vous en lui; il ne vous décevra jamais. Le Seigneur dit: "Je ne vous laisserai pas orphelins, 556je viens vers vous. Encore un peu de temps, et le monde ne me verra plus, mais

vous, vous me verrez parce que moi je vis, et que, vous aussi, vous vivrez.” Jean 14:18, 19. Nous ne voyons pas le Christ en personne. C’est par la foi que nous le voyons. Notre foi se saisit de ses promesses. C’est ainsi qu’Enoch marchait avec Dieu. — Manuscrit 27, 1901. {EMS2 555.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 556.1

La foi: une réalité — Moïse faisait plus que penser à Dieu: il le voyait. Il avait sans cesse devant lui la vision de Dieu, il gardait toujours les yeux sur sa face. {EMS2 556.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 556.2

La foi de Moïse n’était pas incertaine; elle se fortifiait de chaque réalité. Il croyait, il reconnaissait que Dieu dirigeait sa vie personnelle, dans les moindres détails. Pour avoir la force de résister à la tentation, il se confiait en lui. — Education, 74 (1903). {EMS2 556.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 556.3

L’attouchement de la foi — Tandis qu’il [Jésus] passait, elle [la femme malade] s’avança et réussit seulement à toucher le bord de son vêtement. Instantanément, elle se rendit compte qu’elle était guérie. Sa foi était centrée non sur le vêtement du Sauveur, mais sur celui qui le portait. Dans ce seul attouchement se résumait la foi de toute sa vie, et aussitôt ses souffrances et son infirmité disparurent. Instantanément, elle sentit un frémissement comparable à un courant électrique qui traversait toutes les fibres de son être, puis elle éprouva la sensation d’une parfaite santé. “Au même instant, ...elle sentit dans son corps qu’elle était guérie de son mal.” Marc 5:29. — Lettre 111, 1904. {EMS2 556.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 556.4

La foi ne réside pas en un objet — Le vêtement ne possédait aucune vertu de guérison. C’est la foi dans la Personne qui portait ce vêtement qui lui rendit la santé. — Manuscrit 105, 1901. {EMS2 556.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 556.5

L’expérience de l’apôtre Paul — C’est par le moyen de la foi que la vérité ou l’erreur se loge dans un esprit. Un même acte de l’esprit permet d’accepter la vérité ou l’erreur, mais croire à la Parole de Dieu ou aux affirmations des hommes, 557cela fait toute la différence. Quand le Christ se révéla à Paul, et que celui-ci acquit la conviction qu’il avait persécuté Jésus en la personne de ses saints, il accepta la vérité telle qu’elle est en Jésus. Son esprit et son caractère subirent une grande transformation et il devint un homme nouveau en Christ Jésus. Désormais ni la terre ni l’enfer ne pourraient ébranler sa foi, tant qu’il avait reçu pleinement la vérité. — The Signs of the Times, 5 juin 1893; Messages choisis 1:406, 407. {EMS2 556.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 557.1

Plus forte que la mort — La foi est un conquérant plus puissant que la mort. Si nous pouvons inciter un malade à fixer avec foi son regard sur le grand Médecin, nous verrons des résultats

merveilleux. La vie sera impartie au corps comme à l'âme. — Le ministère de la guérison, 48 (1905). {EMS2 557.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 557.2

Une pratique quotidienne — Je constate que j'ai à mener quotidiennement le bon combat de la foi. Je dois mettre en œuvre toute ma foi et ne pas m'appuyer sur mes sentiments; je dois agir comme si le Seigneur m'entendait, comme s'il me répondait et me bénissait. La foi n'est pas un joyeux élan sentimental; la foi consiste simplement à prendre Dieu au mot, à croire qu'il accomplira ses promesses parce qu'il l'a dit. — Lettre 49, 1888; Our High Calling, 119. {EMS2 557.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 557.3

Une foi agissante — Quand vous regardez au Calvaire, ce n'est pas pour vous encourager à négliger vos devoirs, pour vous inciter à dormir, mais pour créer en vous la foi en Jésus, une foi agissante, qui purifie l'âme du limon de l'égoïsme. Quand nous nous accrochons au Christ par la foi, notre œuvre ne fait que commencer. {EMS2 557.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 557.4

Tout homme a des habitudes corrompues et coupables qui doivent être surmontées par un rude combat. Il est demandé à chacun de combattre le combat de la foi. Tout disciple du Christ ne saurait faire preuve de tromperie, de dureté de cœur et manquer de bienveillance. Il ne saurait avoir un langage vulgaire, être plein de suffisance et de vanité. Il ne saurait être autoritaire, ni se permettre de prononcer des paroles dures, qui 558censurent et condamnent. — Manuscrit 16, 1890; The S.D.A. Bible Commentary 6:1111. {EMS2 557.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 558.1

La vie est le reflet de ce que l'on croit — "Peu importe la croyance, dit-on souvent, pourvu que l'on soit honnête." C'est oublier que la vie est l'expression de ce que l'on croit. Avoir l'occasion de voir et d'entendre la vérité et ne pas en profiter, c'est rejeter la lumière et lui préférer les ténèbres. — La tragédie des siècles, 648 (1888). {EMS2 558.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 558.2

Le secret du succès — Nous aurons du succès si nous allons de l'avant par la foi, décidés à accomplir intelligemment l'œuvre de Dieu. Nous ne devons pas accepter d'être entravés par des hommes qui s'appesantissent sur le côté négatif des choses et font preuve de très peu de foi. L'œuvre missionnaire de Dieu doit être promue par des hommes doués d'une grande foi et qui grandissent constamment en force et en efficacité. — Lettre 233, 1904. {EMS2 558.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 558.3

Une foi qui purifie l'âme — Nous devons avoir la foi, une foi vivante, une foi rendue agissante par l'amour et qui purifie l'âme. Nous devons apprendre à confier tout au Seigneur avec simplicité et avec une foi ardente. Le plus grand fardeau que nous avons à porter en ce monde,

c’est nous-mêmes. Si nous n’apprenons pas à l’école du Sauveur l’humilité et la douceur, nous perdrons des occasions précieuses de le connaître. Notre moi est ce qu’il y a de plus difficile à gérer. Quand nous déposons nos fardeaux, n’oublions pas de déposer notre “moi” aux pieds du Christ. {EMS2 558.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 558.4

Donnez-vous à Jésus Christ, pour qu’il vous façonne et vous modèle, et que vous soyez un vase d’honneur. Vos tentations, vos idées, vos sentiments doivent être déposés au pied de la croix. Alors votre âme sera prête à écouter les instructions divines. Jésus vous donnera à boire de l’eau puisée à la rivière de Dieu. Sous l’influence adoucissante et apaisante de son Esprit, votre froideur et votre nonchalance disparaîtront. Le Christ sera en vous une source vivifiante, qui jaillira jusque dans la vie éternelle. — Lettre 57, 1887. {EMS2 558.4}

559

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 559.1

Encore et toujours les bienfaits de la foi — Quelle force n’y a-t-il pas dans la foi et la prière sincère! Ce sont deux bras avec lesquels l’homme s’empare de la puissance de l’amour infini. Avoir la foi, c’est se confier en Dieu, croire qu’il nous aime et sait ce qui est pour notre bien. C’est ainsi qu’au lieu de nous laisser sur notre propre voie, la foi nous amène à choisir celle du Seigneur; à la place de notre ignorance, elle nous fait accepter sa sagesse, au lieu de notre faiblesse, sa force, au lieu de notre état de péché, sa justice. Notre vie, nous-mêmes, tout appartient déjà à Dieu. La foi reconnaît ce fait, et elle accepte la bénédiction qui en découle. La vérité, la droiture, la pureté nous sont désignées comme le secret du succès. Mais c’est la foi qui nous permet de les acquérir. Tout bon mouvement, toute aspiration noble sont des dons de Dieu. La foi reçoit de Dieu la vie qui seule peut produire la croissance et l’efficacité véritables. — Ministère évangélique, 253 (1915). {EMS2 559.1}

Section 12 — Problèmes d’adaptation

Chapitre 59 — La formation du caractère

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 563.1

Les actes influent sur le caractère — Chaque acte de notre vie, même s'il est sans grande importance, exerce son influence sur la formation de notre caractère. Un bon caractère est plus précieux que toutes les richesses du monde; travailler à sa formation est l'œuvre la plus noble dans laquelle les hommes puissent s'engager. — Témoignages pour l'Église 1:699 (1881). {EMS2 563.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 563.2

L'esprit est un jardin dont le caractère est le fruit — Toutes les facultés humaines sont des ouvrières qui bâtissent pour le présent et pour l'éternité. Jour après jour, la structure s'édifie, sans que celui qui les possède s'en rende compte. C'est une construction qui doit servir ou bien d'avertissement à cause de sa difformité, ou bien qui se présentera comme un édifice que Dieu et les anges admireront à cause de sa ressemblance avec le divin Modèle. {EMS2 563.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 563.3

Les facultés mentales et morales que Dieu donne ne constituent pas le caractère. Ce sont des talents que nous devons développer et qui, s'ils le sont comme il convient, formeront un caractère accompli. Un homme a beau tenir une précieuse 564semence entre ses mains, celle-ci ne constitue pas un verger. Avant qu'elle devienne un arbre, elle doit être plantée. L'esprit est le jardin; le caractère en est le fruit. Dieu nous a donné des facultés à cultiver et à développer. Pour cultiver ces facultés de façon harmonieuse et pour qu'elles produisent un caractère de valeur, nous avons une œuvre à faire que personne d'autre que nous ne peut accomplir. — Testimonies for the Church 4:606 (1881). {EMS2 563.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 564.1

Le prix à payer — Le Christ n'a jamais déclaré qu'il était facile d'atteindre à la perfection morale. Un caractère noble et bien équilibré ne nous est pas donné à la naissance et n'est pas non plus le fait du hasard. On l'acquiert par des efforts individuels, en vertu des mérites et de la grâce du Christ. Dieu nous accorde les facultés; à nous de former notre caractère. Nous y parvenons au prix de luttes sévères avec le moi. Les tendances héréditaires doivent être combattues sans relâche. Il faut s'examiner attentivement, avec un œil critique, et ne faire grâce à aucun trait défectueux. — Les paraboles de Jésus, 286 (1900). {EMS2 564.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 564.2

Réflexion et action — La réflexion à elle seule ne suffit pas; une action énergique ne suffit pas à elle seule. L'une et l'autre sont essentielles à la formation du caractère. — Testimonies for the Church 5:113 (1882). {EMS2 564.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 564.3

Cultiver de bonnes habitudes mentales — Si nous désirons cultiver un caractère que Dieu puisse approuver, il nous faut acquérir de bonnes habitudes dans notre vie spirituelle. La prière quotidienne est aussi nécessaire à la croissance en grâce, et même à la vie spirituelle elle-même, que la nourriture temporelle est indispensable au bien-être physique. Nous devons prendre l'habitude d'élever souvent nos pensées vers Dieu par la prière. Si notre esprit vagabonde, il faut le maîtriser; grâce à des efforts persévérants, l'habitude deviendra plus facile. Nous ne saurions un seul instant nous détacher du Christ sans danger. Nous pouvons jouir de sa présence à chaque pas, mais seulement en respectant les conditions qu'il a lui-même prescrites. — The Review and Herald, 3 mai 1881; The Sanctified Life, 93. {EMS2 564.3}

565

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 565.1

Une ferme détermination, une intégrité sans faille — L'effort minutieux est nécessaire dans l'œuvre du développement du caractère. Il faut faire preuve d'une réelle détermination pour exécuter les plans du Maître Artisan. Les matériaux doivent être solides. Nulle négligence, nul travail douteux ne sauraient être acceptés, car ils mettraient la construction en péril. Toutes les facultés de l'être doivent être mises en œuvre. Cela requiert la force et l'énergie de la nature humaine; aucune énergie ne doit être gaspillée dans des questions sans importance... Il faut déployer des efforts sérieux, attentifs, persévérants, pour rompre avec les coutumes, les maximes et les relations du monde. Une réflexion profonde, une ferme détermination et une intégrité sans faille sont nécessaires. — Special Testimonies on Education, 75, 76 (1897); Counsels to Parents, Teachers, and Students, 62. {EMS2 565.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 565.2

Maintenir les regards sur l'objectif — L'apôtre Pierre écrit: "Faites tous vos efforts pour joindre à votre foi la vertu, à la vertu la connaissance, à la connaissance la maîtrise de soi, à la maîtrise de soi la persévérance, à la persévérance la piété, à la piété la fraternité, à la fraternité l'amour." 2 Pierre 1:5-7. ... {EMS2 565.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 565.3

Il ne s'agit pas de penser à tous ces échelons à la fois, et de les compter en partant; mais si vous fixez les yeux sur Jésus, uniquement préoccupés de la gloire du Christ, vous ferez des progrès. Ce n'est pas en un jour que l'on atteint la mesure de la stature parfaite du Christ, et la personne défaillirait si elle pouvait voir à l'avance toutes les difficultés qui devront être surmontées. Il faut compter avec Satan, qui emploiera tous ses artifices pour détourner votre esprit du Christ. — The Youth's Instructor, 5 janvier 1893; Message à la jeunesse, 42, 43. {EMS2 565.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 565.4

La fidélité dans les petites choses (message adressé à un jeune homme) — A certains égards votre cas est semblable à celui de Naaman. Vous ne comprenez pas que pour atteindre à la

perfection du caractère, vous devez consentir à être fidèle dans les petites choses. Bien que celles que vous êtes appelé à faire soient de peu de valeur à vos yeux, il s'agit de devoirs 566que vous devrez remplir aussi longtemps que vous vivrez. Si ces choses sont négligées, il en résultera une grande lacune dans votre caractère. Mon cher ami, vous devez apprendre à être fidèle dans les petites choses, sinon, vous ne pourrez pas plaire à Dieu. Vous ne sauriez gagner l'amour et l'affection si vous ne faites pas ce qui vous est prescrit, avec empressement et joyeusement. Si vous voulez que ceux avec qui vous vivez vous aiment, vous devez leur témoigner amour et respect. — Testimonies for the Church 2:310 (1869). {EMS2 565.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 566.1

Le caractère doit être mis à l'épreuve — Tout dépend des matériaux utilisés pour la formation du caractère. Le jour de Dieu tant attendu mettra bientôt à l'épreuve l'œuvre de tout homme. "Le feu éprouvera de quelle nature est l'œuvre de chacun." 1 Corinthiens 3:13. De même que le feu révèle la différence entre l'or, l'argent, les pierres précieuses, le bois, le foin et le chaume, de même le jour du jugement révélera les caractères, mettant en lumière la différence entre ceux qui sont formés à la ressemblance du Christ et ceux qui le sont à l'image du cœur égoïste. Alors, tout égoïsme, tout faux christianisme apparaîtra sous son vrai jour. Le matériau de pacotille sera consumé, tandis que l'or de la foi véritable, simple et humble, ne perdra jamais sa valeur. Il ne saurait être consumé, car il est impérissable. Une seule heure de transgression sera considérée comme une grande perte, tandis que la crainte du Seigneur se révélera être le commencement de la sagesse. La satisfaction de ses propres désirs périra comme du chaume, alors que l'or de la fermeté dans les principes, maintenue à tout prix, demeurera à jamais. — The Review and Herald, 11 décembre 1900; The S.D.A. Bible Commentary 6:1087, 1088. {EMS2 566.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 566.2

Caractères déficients et changeants — Les caractères formés au hasard des circonstances sont variables et discordants. Ceux qui les possèdent n'ont pas de but élevé dans la vie. Ils n'ont pas une influence ennoblissante sur le caractère des autres. Ils sont sans but et sans puissance. — Témoignages pour l'Église 1:699 (1881). {EMS2 566.2}

567

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 567.1

Comment affronter la critique — Nous pouvons nous attendre à ce que de faux bruits circulent à notre sujet; mais si nous suivons le droit chemin, si ces bruits nous laissent imperturbables, les autres feront de même. Laissons à Dieu le soin de veiller sur notre réputation... Notre manière de vivre peut étouffer la calomnie, ce que ne feraient pas des paroles d'indignation. Que notre souci principal soit d'agir dans la crainte de Dieu et de montrer par notre conduite que ces bruits sont sans fondement. {EMS2 567.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 567.2

Nul plus que nous-mêmes ne peut salir notre caractère. Seuls les arbres vacillants et les maisons branlantes ont besoin d'être constamment étayés. Quand nous nous montrons si anxieux de préserver notre réputation contre les attaques de l'extérieur, nous donnons l'impression que celle-ci n'est pas sans reproche aux yeux de Dieu et qu'elle a sans cesse besoin d'être raffermie. — Manuscrit 24, 1887; The S.D.A. Bible Commentary 3:1160, 1161. {EMS2 567.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 567.3

Le pouvoir de la volonté — Vous ne pouvez dominer vos impulsions, vos émotions comme vous le désireriez, mais vous pouvez maîtriser votre volonté et opérer ainsi un changement complet dans votre vie. En soumettant votre volonté au Seigneur, votre vie peut être cachée avec le Christ en Dieu et s'allier à la puissance qui est au-dessus de toute principauté et de toute autorité. Vous disposerez ainsi de l'énergie qui vient de Dieu et qui vous permettra de tenir ferme en vous appuyant sur sa force; et vous aurez ainsi accès à une lumière nouvelle, à la lumière même de la foi vivante... Il y aura en vous une puissance, une ferveur et une simplicité qui fera de vous un instrument précieux entre les mains de Dieu. — Testimonies for the Church 5:514, 515 (1889). {EMS2 567.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 567.4

Impossibilités illusoires — Que nul ne se déclare incapable de remédier à ses défauts de caractère. Si vous tirez une pareille conclusion, vous n'obtiendrez jamais la vie éternelle. Les impossibilités n'existent que dans votre volonté. Si vous ne voulez pas, vous ne pourrez pas vaincre. La difficulté réelle provient de la corruption d'un cœur non sanctifié et de 568l'insoumission à la volonté de Dieu. — Les paraboles de Jésus, 286 (1900). {EMS2 567.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 568.1

Pour le cœur régénéré tout est changé. La transformation du caractère est pour le monde un témoignage de la présence du Christ en nous. L'Esprit de Dieu crée dans l'âme une vie nouvelle qui harmonise les pensées et les désirs avec la volonté du Christ. L'homme intérieur retrouve l'image de Dieu. Les faibles et les égarés montrent alors au monde que la puissance régénératrice de la grâce divine peut développer harmonieusement un caractère imparfait et le rendre exemplaire. — Prophètes et rois, 176 (1917). {EMS2 568.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 568.2

Défauts héréditaires — Chez les enfants et les jeunes, on a affaire à toutes sortes de caractères, et leurs esprits sont influençables. Beaucoup de nos jeunes qui fréquentent nos écoles n'ont pas bénéficié d'une éducation convenable à la maison. On a laissé certains d'entre eux agir à leur guise; d'autres ont été réprimandés et découragés. On a fait preuve de très peu de gentillesse à leur égard, et on leur a adressé très peu de paroles d'approbation. Ils ont hérité des défauts de caractère de leurs parents, et la discipline qu'ils ont reçue au foyer de les pas aidés à se forger un bon caractère. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 192 (1913). {EMS2 568.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 568.3

Les travers de caractère se renforcent avec le temps — Les enfants apprennent des leçons qu'ils n'oublient pas facilement. Chaque fois qu'ils sont l'objet d'une contrainte inhabituelle ou qu'il leur est demandé de se livrer à une étude ardue, ils s'adressent à leurs parents malavisés pour obtenir leur sympathie et leur indulgence. C'est ainsi que l'on favorise un esprit d'inquiétude et de mécontentement, que l'école dans son ensemble souffre d'une influence démoralisante et que le fardeau du maître est rendu plus lourd encore. Mais ce sont les victimes de la mauvaise éducation des parents qui en souffrent le plus. Les travers de caractère qu'une bonne éducation auraient corrigés sont voués à se renforcer avec les années, au point de nuire et peut-être de détruire les capacités de la personne concernée. — The Review and Herald, 21 mars 1882; Fundamentals of Christian Education, 65. {EMS2 568.3}

569

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 569.1

Quand les enfants font la loi — Dans certaines familles, les désirs de l'enfant sont des lois. On lui donne tout ce qu'il désire, et on l'encourage à ne pas aimer ce qu'il n'aime pas. Cette complaisance est supposée rendre l'enfant heureux; mais c'est justement cela qui le rend agité, mécontent et contrarié de tout et de rien. La satisfaction de ses caprices a changé son appétit pour une nourriture saine et son désir d'employer convenablement son temps; cette satisfaction a perturbé son caractère pour le présent et pour l'éternité. — Manuscrit 126, 1897; Child Guidance, 272. {EMS2 569.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 569.2

Nécessité de discipliner l'esprit — Les enfants qu'on laisse agir à leur guise ne sont pas heureux. Le cœur insoumis ne dispose pas en lui-même des éléments nécessaires à sa satisfaction et à sa quiétude. L'esprit et le cœur doivent être disciplinés et soumis à une saine contrainte pour que le caractère soit en harmonie avec les lois bienfaisantes qui régissent notre être. L'agitation et le mécontentement sont les fruits du laisser-aller et de l'égoïsme. Si l'on n'y plante pas les graines de fleurs précieuses entourées de soins attentifs, le terrain du cœur, comme celui d'un jardin, produira des mauvaises herbes et des ronces. Il en est de l'âme humaine comme de la nature visible. — Testimonies for the Church 4:202, 203 (1876). {EMS2 569.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 569.3

Des répercussions durant la vie tout entière — Par les pensées et les sentiments qu'il cultive durant ses premières années, chaque jeune détermine l'histoire de sa propre vie. Des habitudes correctes, vertueuses, acquises dans la jeunesse, deviendront une partie du caractère et influeront généralement sur l'orientation de l'individu pendant toute sa vie. Les jeunes peuvent devenir vicieux ou vertueux, selon leur choix. Ils peuvent aussi bien se distinguer par des actions authentiques et nobles que par de grands crimes et de la perversité. — The Signs of the Times, 11 octobre 1910; Child Guidance, 196. {EMS2 569.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 569.4

Une œuvre quotidienne — L'intelligence reçoit continuellement son empreinte au fil des occasions et des avantages, 570dont on tire plus ou moins de profit. Jour après jour, nous forgeons des caractères qui rangent les étudiants sous la bannière du Prince Emmanuel ou sous celle du prince des ténèbres. Laquelle prévaudra? — The Gospel Herald, janvier 1880; Child Guidance, 199, 200. {EMS2 569.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 570.1

La formation du caractère — S'occuper des esprits humains est une tâche bien délicate. La discipline qui s'impose pour l'un écraserait l'autre. C'est pourquoi les parents doivent étudier le caractère de leurs enfants. Ils ne doivent jamais faire preuve de brusquerie ni agir par impulsion à leur égard. {EMS2 570.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 570.2

J'ai vu une mère arracher quelque chose de la main de son enfant auquel il prenait un plaisir particulier, et l'enfant ne comprenait pas pourquoi on l'en privait. Le petit éclatait alors en sanglots, car il se sentait maltraité et blessé. Alors, pour arrêter ses pleurs, la mère lui infligeait une sérieuse correction, et apparemment, le conflit était réglé. Mais ce conflit avait laissé une marque sur l'esprit sensible de l'enfant, une marque qu'on aurait de la peine à effacer. Je dis à la mère: "Vous avez causé beaucoup de tort à votre enfant. Vous avez blessé son âme et perdu sa confiance. Je ne sais pas comment ce tort pourra être réparé." {EMS2 570.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 570.3

Cette mère était tout à fait malavisée; elle se laissait aller à ses sentiments et n'agissait pas avec prudence, elle ne comprenait pas le principe de cause à effet. Son comportement rigide, inconsidéré, avait éveillé les pires sentiments dans le cœur de son enfant. Agir par impulsion lorsqu'on dirige une famille est la plus mauvaise méthode qui soit. Quand les parents entrent ainsi en conflit avec leurs enfants, il s'ensuit une lutte parfaitement inégale. Combien il est injuste d'opposer l'expérience d'années de force et de maturité à la faiblesse et à l'ignorance d'un petit enfant! Chaque manifestation de colère chez les parents ne fait qu'attiser la révolte dans son cœur. {EMS2 570.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 570.4

Il faut bien plus qu'un seul acte pour former le caractère; il faut des actes répétés pour que les habitudes soient inculquées et que le caractère soit stabilisé. Pour avoir un caractère 571chrétien, il est nécessaire d'agir comme un chrétien. Les chrétiens doivent être empreints de sainteté; leurs actions et leurs impulsions doivent être inspirées par le Saint Esprit. — The Signs of the Times, 6 août 1912. {EMS2 570.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 571.1

Persévérance — Afin de parfaire un caractère chrétien, il est essentiel de persévérer dans le bien. Je voudrais inculquer à notre jeunesse l'idée de l'importance de la persévérance et de l'énergie dans l'œuvre de la formation du caractère. Il faut dès les premières années tisser dans

le caractère des principes de stricte intégrité, si l'on veut atteindre un idéal élevé d'humanité. Que l'on se souvienne constamment que l'on a été racheté à un grand prix, et que chacun doit glorifier Dieu en son corps et en son esprit, qui lui appartiennent. — The Youth's Instructor, 5 janvier 1893; Message à la jeunesse, 42. {EMS2 571.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 571.2

L'exemple de Daniel et de ses compagnons — S'il est vrai que les parents sont responsables de l'empreinte qu'ils laissent sur notre caractère, comme aussi de l'éducation et de l'instruction qu'ils nous donnent, il n'en est pas moins vrai que notre état et notre utilité dans la vie dépendent, dans une large mesure, de notre comportement. Les avantages que Daniel et ses compagnons retiraient de leur première formation et de l'éducation qu'ils avaient reçue, n'auraient pas suffi à faire d'eux ce qu'ils sont devenus. Le moment vint où ils durent agir de leur propre initiative, leur avenir ne dépendant plus désormais que d'eux-mêmes. Ils décidèrent alors de demeurer fidèles aux instructions reçues dans leur enfance. La crainte de Dieu, qui est le commencement de la sagesse, était la base de leur grandeur. L'Esprit de Dieu fortifia toutes leurs bonnes intentions et toutes leurs nobles résolutions. — Christian Temperance and Bible Hygiene, 28 (1890); Conseils sur la Nutrition et les Aliments, 32, 33. {EMS2 571.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 571.3

L'enseignement du spiritisme — Le spiritisme affirme que les hommes sont des demi-dieux qui ne sont pas déchus; que "chaque esprit se jugera lui-même", que "la vraie connaissance place l'homme au-dessus des lois"; que "les fautes 572

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 572.3

commises ne sont pas blâmables"; car "tout ce qui est, est bien" et "Dieu ne condamne pas". Il déclare que les plus vils des êtres humains sont au ciel et s'y trouvent exaltés. Il assure à tout homme: "Ce que vous faites n'a pas d'importance; vivez comme vous voulez, le ciel est votre maison." Des foules d'hommes sont ainsi amenés à croire que la seule foi valable est le désir, que la vraie liberté, c'est la licence, que chacun n'a de comptes à rendre qu'à soi-même. — Education, 258 (1903). {EMS2 572.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 572.1

Obtenir la victoire — Les obstacles qui se dressent sur notre chemin doivent être affrontés et surmontés l'un après l'autre. La première difficulté vaincue, nous nous trouvons plus forts pour affronter la suivante, et chaque nouvel effort augmente notre aptitude au progrès. C'est en regardant à Jésus que nous devenons vainqueurs. Si nous nous laissons fasciner par les difficultés et si nous fuyons le champ de bataille, nous nous affaiblissons et notre foi diminue. — The Youth's Instructor, 5 janvier 1893; Message à la jeunesse, 43. {EMS2 572.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 572.2

Gravir échelon après échelon — Un pas après l'autre: c'est ainsi que les plus longues ascensions deviennent possibles, et l'on finit par atteindre le sommet. Ne vous laissez pas

accabler en pensant à la somme de travail que vous devrez effectuer au cours de votre vie, car on ne vous demande pas de tout faire à la fois. Appliquez toutes vos facultés à l'œuvre quotidienne, profitant de chaque occasion; soyez reconnaissants pour l'aide que Dieu vous donne et gravissez l'échelle, échelon après échelon. Souvenez-vous que votre vie est faite de jours consécutifs, que Dieu vous en donne un à la fois, et que le ciel prend note de la façon dont vous appréciez les privilèges et les occasions qu'il vous offre. Puissiez-vous si bien profiter de chaque jour qui vous est donné, que vous puissiez enfin entendre le Maître vous dire: "C'est bien, bon et fidèle serviteur". — The Youth's Instructor, 5 janvier 1893; Message à la jeunesse, 43. {EMS2 572.2}

573

Chapitre 60 — Conflits et conformité au monde

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 573.1

Une épreuve bénéfique — L'épreuve fortifie la vie spirituelle. Supportée vaillamment, elle modèle notre caractère et nous apporte de grandes bénédictions. La tempête et l'obscurité sont parfois nécessaires pour amener à maturité ces fruits parfaits de la foi que sont la douceur et l'amour. — Les paraboles de Jésus, 45 (1900). {EMS2 573.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 573.2

Une vraie bataille — Ce n'est pas à un simulacre de bataille que nous sommes appelés: nous soutenons une lutte dont les résultats sont éternels. Nous avons à faire face à des ennemis invisibles, aux mauvais anges qui s'efforcent de dominer chaque être humain. — Le ministère de la guérison, 103 (1905). {EMS2 573.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 573.3

Le Christ n'est pas à l'origine des conflits — Nous vivons une époque solennelle. Une œuvre importante doit être accomplie dans nos propres âmes et dans celle des autres — sinon, nous aurons à subir une perte infinie. Il nous faut être transformés par la grâce de Dieu, faute de quoi le ciel nous sera refusé, et à cause de notre influence, il sera également 574refusé à d'autres. {EMS2 573.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 574.1

Je vous l'assure: les luttes et les conflits que nous avons à affronter pour accomplir notre devoir, les renoncements et les sacrifices que nous avons à faire si nous voulons être fidèles au Christ n'ont pas été suscités par lui. Ils ne nous sont pas imposés par un décret arbitraire et superflu; ils ne viennent pas de la dureté de l'existence qu'il nous demande de vivre à son service. Les épreuves seraient bien supérieures en intensité et en nombre si nous refusions d'obéir à Jésus Christ et si nous devenions les serviteurs de Satan et les esclaves du péché. — Testimonies for the Church 4:557, 558 (1881). {EMS2 574.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 574.2

Confrontés à un ennemi implacable — Cette vie est une lutte, et nous avons affaire à un ennemi toujours en éveil, toujours sur le qui-vive pour détruire nos esprits et nous détourner de notre cher Sauveur, qui a donné sa vie pour nous. — Life Sketches of Ellen G. White, 291 (1915). {EMS2 574.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 574.3

Dieu sait tirer le bien du mal — Il [le Seigneur] a permis la lutte pour nous préparer à la paix. — La tragédie des siècles, 686 (1888). {EMS2 574.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 574.4

Rôle des conflits — Avec fidélité et énergie, nos jeunes devraient répondre aux exigences qui leur sont prescrites, et ce serait pour eux une garantie de succès. Les jeunes gens qui n'ont jamais réussi dans les tâches ordinaires de la vie seront tout aussi démunis lorsqu'il s'agira d'assumer de plus grandes responsabilités. Une expérience religieuse ne s'acquiert que par des luttes, des déceptions, une rigoureuse discipline personnelle et par la prière ardente. Les étapes conduisant vers le ciel doivent être franchies l'une après l'autre, et chaque nouveau pas donne la force requise pour le suivant. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 100 (1913). {EMS2 574.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 574.5

Le bonheur dès maintenant — Je n'attends pas la fin [de toutes choses] pour jouir de tout le bonheur; je le goûte chemin faisant. Malgré mes afflictions et mes épreuves, je fixe mes regards sur Jésus. C'est dans les passages étroits et 575pénibles qu'il se tient tout près de nous, que nous pouvons communier avec lui, déposer nos fardeaux sur celui qui s'en charge, et dire: "Tu vois, Seigneur, je ne puis porter plus longtemps ces fardeaux." Alors il nous dira: "Mon joug est aisé, et mon fardeau léger." Matthieu 11:30. Vous ne le croyez pas? Pour ma part, j'en ai fait l'expérience. Je l'aime; oui, je l'aime. Je vois en lui des charmes incomparables, et je désire le louer dans le royaume de Dieu. — Lettre 292, 1915. {EMS2 574.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 575.1

Deux principes antagonistes — Le royaume de Dieu ne vient pas d'une manière bruyante. L'Evangile de la grâce de Dieu, tout plein d'un esprit d'abnégation, ne pourra jamais s'accorder avec l'esprit du monde. Il y a là deux principes antagonistes. "L'homme naturel ne reçoit pas les choses de l'Esprit de Dieu, car elles sont une folie pour lui, et il ne peut les connaître, parce que c'est spirituellement qu'on en juge." 1 Corinthiens 2:14. — Jésus Christ, 505 (1898). {EMS2 575.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 575.2

Ne pas se conformer aux us et coutumes du monde — Comme à Israël, il arrive trop souvent aux chrétiens de vouloir gagner les bonnes grâces du monde en se conformant à ses coutumes.

Mais ils finissent toujours par s'apercevoir que ces prétendus amis sont de très dangereux ennemis. Pour priver le peuple de Dieu de la protection divine et l'entraîner dans le péché et la perdition, Satan se sert de l'attrait des infidèles. {EMS2 575.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 575.3

Or, la Bible enseigne positivement qu'il ne saurait y avoir aucun accord entre le peuple de Dieu et le monde. "Mes frères, ne vous étonnez pas si le monde vous hait", écrit un apôtre. 1 Jean 3:13. Jésus avait déjà dit: "Si le monde vous hait, sachez qu'il m'a haï avant vous." Jean 15:18. — Patriarches et prophètes, 545 (1890). {EMS2 575.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 575.4

Feu profane et feu sacré — La vérité divine n'a pas été magnifiée au sein du peuple des croyants parce qu'ils ne l'ont pas introduite dans leur expérience personnelle. Ils se conforment au monde et leur influence repose sur lui. Ils permettent au monde de les gagner à sa cause et d'introduire le feu 576profane au lieu du feu sacré, si bien qu'ils suivent, dans leur œuvre, les principes de ce monde. {EMS2 575.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 576.1

Il ne faut pas s'efforcer ainsi d'imiter les coutumes du monde. C'est là non pas un feu sacré, mais un feu profane. Le pain vivant ne doit pas seulement être admiré, mais mangé. Ce pain qui descend du ciel donnera la vie à l'âme. C'est le levain qui absorbe tous les éléments du caractère afin de les unir à celui du Christ et disposer des mauvaises tendances héréditaires et acquises pour les conformer au modèle divin. — Manuscrit 96, 1898. {EMS2 576.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 576.2

L'efficacité de la grâce divine — Combien merveilleuse est l'œuvre de la grâce dans le cœur humain! Elle donne l'énergie mentale et la sagesse requises pour utiliser les talents, non dans la satisfaction de soi, mais dans le renoncement, pour la mise en œuvre du travail missionnaire. Le Christ, le Fils de Dieu, était un missionnaire dans notre monde. Il a déclaré: "Celui qui veut me suivre, qu'il renonce à tout." Luc 14:33. Vous ne pouvez pas aimer le Seigneur tout en imitant les coutumes du monde ou en jouissant de la société des mondains. — Letter 238, 1907. {EMS2 576.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 576.3

Une dangereuse méprise — En adoptant les coutumes du monde, l'Eglise ne convertira jamais celui-ci à Jésus Christ, mais c'est elle qui se convertira au monde. Celui qui se familiarise avec le péché finit par ne plus en voir le caractère odieux. Celui qui se lie avec les serviteurs de Satan finit par ne plus redouter leur maître. Si l'épreuve survient alors qu'il accomplit son devoir, comme ce fut le cas de Daniel à la cour de Babylone, le chrétien peut être assuré de la protection de Dieu; mais celui qui s'expose à la tentation y succombera tôt ou tard. — La tragédie des siècles, 553 (1888). {EMS2 576.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 576.4

Le peuple de Dieu désorienté — C'est la conformité au monde qui fait que notre peuple perd ses repères. La perversion des bons principes ne s'est pas produite instantanément. L'ange du Seigneur m'a présenté cette question sous une 577forme imagée. Il me semblait qu'un voleur s'avançait furtivement de plus en plus près, privant peu à peu mais sûrement l'œuvre de Dieu de son identité en conduisant nos frères à se conformer aux pratiques du monde. {EMS2 576.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 577.1

L'esprit de l'homme a pris la place qui, de droit, appartient à Dieu. Quelle que soit la position d'un homme, si haute soit-elle, il doit agir comme le Christ l'aurait fait à sa place. Dans tous les domaines de l'œuvre qu'il accomplit, dans ses paroles et son caractère, il doit être sembable au Christ. — Manuscrit 96, 1902. {EMS2 577.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 577.2

Le devoir des adventistes du septième jour — Certains de ceux qui prétendent être loyaux à l'égard de la loi de Dieu se sont écartés de la foi et ont humilié son peuple jusque dans la poussière, donnant l'impression qu'ils font cause commune avec les infidèles. Le Seigneur l'a vu et en a pris note. L'heure est venue où nous devons à tout prix remplir le rôle que Dieu nous a assigné. {EMS2 577.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 577.3

Les adventistes du septième jour doivent maintenant prendre position de manière claire et distincte, comme un peuple désigné par le Seigneur comme lui appartenant. Jusque-là, il ne pourra pas être glorifié en eux. La vérité et l'erreur ne peuvent aller de pair. Plaçons-nous là où Dieu nous l'a indiqué... Nous devons rechercher l'unité, mais non pas selon le bas niveau de la conformité aux méthodes du monde et de l'union avec les Eglises traditionnelles. — Lettre 113, 1903. {EMS2 577.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 577.4

Le besoin d'une réforme — Une œuvre de réforme profonde et complète est nécessaire au sein de l'Eglise adventiste du septième jour. Il ne faut pas permettre que le monde corrompe les principes du peuple qui garde les commandements de Dieu. Les croyants doivent exercer une influence qui témoigne de la puissance des principes du ciel. Ceux qui s'unissent à l'Eglise doivent montrer qu'ils ont changé de principes. Faute de quoi — si la ligne de démarcation entre l'Eglise et le monde n'est pas clairement sauvegardée — , il en résultera une assimilation au monde. {EMS2 577.4}

578

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 578.1

Le message destiné à l'Eglise et à nos institutions est: "Repentez-vous, car le royaume des cieux est proche." Matthieu 3:2. Les attributs du caractère du Christ doivent être cultivés, et devenir une puissance dans la vie du peuple de Dieu. — Manuscrit 78, 1905. {EMS2 578.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 578.2

Les maux de notre civilisation — Notre civilisation artificielle encourage des habitudes détruisant les justes principes. Les coutumes et la mode sont en guerre contre la nature. La manière de vivre qu'elles imposent et les excès qu'elles excusent diminuent peu à peu nos forces physiques et mentales. D'où la maladie, la souffrance, l'intempérance et le crime. — Le ministère de la guérison, 100 (1905). {EMS2 578.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 578.3

Ne pas rejeter systématiquement les coutumes — Quand les pratiques en cours ne sont pas contraires à la loi de Dieu, vous pouvez vous y conformer. Si les ouvriers ne suivent pas cette règle, non seulement ils feront obstacle à leur œuvre, mais ils mettront sur leur chemin une pierre qui fera tomber ceux en faveur desquels ils travaillent, et les empêcheront d'accepter la vérité. — The Review and Herald, 6 avril 1911. {EMS2 578.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 578.4

Je demande à notre peuple de marcher avec prudence et circonspection devant Dieu. Suivez les coutumes en matière de vêtement dans la mesure où elles sont en accord avec les principes sanitaires. Que nos sœurs s'habillent de façon correcte, comme beaucoup le font, avec des vêtements de bonne qualité, durables, appropriés à leur âge, et que la question de l'habillement ne remplisse pas l'esprit. Nos sœurs doivent s'habiller avec simplicité. Elles devraient se vêtir de façon modeste, avec pudeur et sobriété. Offrez au monde la vivante image de la parure intérieure de la grâce divine. — Manuscrit 167, 1897; Child Guidance, 414. {EMS2 578.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 578.5

Ceux à qui le Seigneur enverra sa lumière — De même que Dieu fit connaître sa volonté aux Hébreux captifs, à ceux qui se distinguaient nettement des coutumes et des pratiques d'un monde qui vivait dans la corruption, de même le Seigneur 579enverra la lumière céleste à tous ceux qui apprécient un "Ainsi parle l'Eternel". Il leur fera connaître sa pensée. A ceux qui sont les moins tributaires des idées du monde, qui sont les plus éloignés de l'étalage, de la vanité, de l'orgueil et de l'ambition, qui se présentent comme un peuple particulier, zélé pour de bonnes œuvres — à ceux-là, Il révélera le sens de sa parole. — Lettre 60, 1898; Counsels to Writers and Editors, 101, 102. {EMS2 578.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 579.1

Un message adressé aux croyants — Pourquoi, en tant que chrétiens professants, sommes-nous tellement mêlés au monde que nous perdons de vue l'éternité, Jésus Christ et le Père? Pourquoi, je vous le demande, y a-t-il un si grand nombre de familles dépourvues de l'Esprit de Dieu? Pourquoi y en a-t-il tant qui ont si peu de vie, si peu d'amour et qui ressemblent si peu à

Jésus Christ? C’est parce qu’elles ne connaissent pas Dieu. Si elles le connaissaient, si elles le contemplaient par la foi en Jésus Christ, qui est venu dans notre monde mourir pour les humains, elles découvriraient en lui des charmes si incomparables qu’en le contemplant elles seraient transformées à son image. Aussi, vous pouvez mesurer le danger qui consiste à se conformer au monde. — Manuscrit 12, 1894. {EMS2 579.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 579.2

Des principes qui animent le courant vital — On peut se garder de la conformité au monde par la vérité, en se nourrissant de la Parole de Dieu, lorsque ses principes animent tout le courant vital et inculquent cette Parole au caractère. Le Christ nous exhorte par l’intermédiaire de l’apôtre Jean: “N’aimez pas le monde, ni ce qui est dans le monde. Si quelqu’un aime le monde, l’amour du Père n’est pas en lui.” 1 Jean 2:15. C’est là un langage clair, mais tel est le critère divin pour le caractère de tout homme. — Manuscrit 37, 1896. {EMS2 579.2}

580

Chapitre 61 — Le rôle vital des lois divines

A) Le décalogue

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 580.1

Le sentiment de la culpabilité — Dieu ne voulait pas que nos premiers parents connaissent le sentiment de la culpabilité. Quand ils acceptèrent les déclarations de Satan, qui étaient mensongères, la désobéissance et la transgression furent introduites dans le monde. Cette désobéissance aux commandements explicites de Dieu, cette acquiescement au mensonge de Satan ouvrit les écluses du malheur sur notre monde. — The Review and Herald, 5 avril 1898. {EMS2 580.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 580.2

Une nature affaiblie — La transgression de la loi de Dieu eut pour conséquence le malheur et la mort. A cause de la désobéissance, les facultés de l’homme ont été altérées et l’égoïsme prit la place de l’amour. Sa nature est devenue si faible qu’il lui était impossible de résister à la force du mal; le tentateur vit que son plan visant à détruire celui de Dieu concernant la création de l’homme et à remplir la terre de souffrances et de ruines avait réussi. Les humains avaient 581choisi un chef qui les avait enchaînés à son char comme des captifs. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 33 (1913). {EMS2 580.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 581.1

La loi de Dieu accessible à l’intelligence humaine — La loi de Dieu n’a rien de mystérieux. L’intelligence la plus faible peut comprendre ses préceptes qui sont destinés à régler la vie et à façonner le caractère d’après le divin Modèle. Si les enfants des hommes voulaient faire de leur

mieux pour obéir à cette loi, ils acquerraient une force d'intelligence et une capacité de discernement pour comprendre davantage encore les plans et les objectifs de Dieu. Ce progrès pourrait se poursuivre non seulement durant la vie présente, mais aussi jusque dans l'éternité. — The Review and Herald, 14 septembre 1886. {EMS2 581.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 581.2

Une merveille de simplicité — Combien la loi de Yahvé est merveilleuse dans sa simplicité, dans sa clarté et sa perfection! Il y a, dans les desseins et dans les actions de Dieu, des mystères que l'esprit limité est incapable de comprendre, et c'est parce que nous ne pouvons sonder les secrets de sa sagesse et de sa puissance infinies que nous sommes remplis de respect pour le Très-Haut. — The Review and Herald, 14 septembre 1886. {EMS2 581.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 581.3

Harmonie parfaite entre la loi et l'Evangile — Il y a harmonie parfaite entre la loi de Dieu et l'Evangile de Jésus Christ. "Moi et le Père, nous sommes un" (Jean 10:30), dit le souverain Maître. L'Evangile du Christ est la bonne nouvelle de la grâce, c'est-à-dire de la faveur par laquelle l'homme peut être affranchi de la condamnation du péché et rendu capable d'obéir à la loi divine. L'Evangile désigne le code moral comme étant une règle de vie. Par l'obéissance sans réserve qu'elle exige, cette loi oriente sans cesse les regards du pécheur vers l'Evangile du pardon et de la paix. {EMS2 581.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 581.4

L'apôtre Paul déclare: "Est-ce que nous annulons ainsi la loi par la foi? Certes non! Au contraire, nous confirmons la loi." Romains 3:31. Ailleurs il affirme: "la loi est sainte, et le commandement saint, juste et bon". Romains 7:12. Parce qu'elle nous enjoint d'aimer Dieu par-dessus tout, et 582d'aimer également nos semblables, elle est tout aussi indispensable à la gloire de Dieu qu'au bonheur de l'homme. — The Review and Herald, 27 septembre 1881. {EMS2 581.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 582.1

De la loi au Christ et du Christ à la loi — Au moyen de sa loi, Dieu a donné à l'homme une règle de vie complète. S'il y obéit, il vivra par elle, grâce aux mérites de Jésus Christ. Si l'on transgresse ses préceptes, elle a le pouvoir de condamner. La loi conduit les humains au Christ, et le Christ les renvoie à la loi. — The Review and Herald, 27 septembre 1881; Our High Calling, 138. {EMS2 582.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 582.2

Les exigences de la loi divine — La loi divine, telle qu'elle est présentée dans les Ecritures, a de vastes exigences. Chaque principe en est saint, juste et bon. La loi place les hommes sous son obligation par rapport à Dieu; elle atteint les pensées et les sentiments; elle produira la conviction du péché chez quiconque reconnaîtra ses transgressions. Si la loi ne concernait que la conduite extérieure, les hommes ne se sentiraient pas fautifs à cause de leurs mauvaises

pensées, de leurs désirs et de leurs desseins coupables. Mais la loi exige que l'âme elle-même soit pure et l'esprit saint, que pensées et sentiments soient en accord avec la règle de l'amour et de la justice. — The Review and Herald, 5 avril 1898; Messages choisis 1:248. {EMS2 582.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 582.3

Dieu commande à la nature — Seul l'homme désobéit aux lois de Yahvé. Quand le Seigneur commande à la nature de rendre témoignage aux œuvres de sa main, celle-ci exalte aussitôt la gloire de Dieu. — Manuscrit 28, 1898; The S.D.A. Bible Commentary 3:1144. {EMS2 582.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 582.4

Le rôle du Christ à l'égard de la loi divine — Le Christ est venu donner l'exemple d'une parfaite conformité à l'égard de la loi divine qui est demandée à tous — depuis le premier homme, Adam, jusqu'au dernier homme qui vivra sur la terre. Il a déclaré que sa mission ne consistait pas à détruire la loi mais à l'accomplir parfaitement et à y obéir entièrement. Ainsi, il a magnifié la loi et l'a rendue honorable. Par sa vie, il a révélé sa nature spirituelle. Aux yeux des êtres célestes, 583des mondes qui ne sont pas tombés dans le péché, et d'un monde rebelle, ingrat et impie, il a accompli les principes de la loi dans toutes leurs ramifications. {EMS2 582.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 583.1

Il est venu pour mettre en lumière le fait que l'humanité, alliée par la foi à la divinité, peut garder tous les commandements de Dieu. Il est venu montrer l'immutabilité de la loi, pour affirmer que la désobéissance et la transgression ne sauraient bénéficier de la vie éternelle. Il est venu en tant qu'homme au sein de l'humanité, afin que son humanité entre en contact avec notre humanité et que sa divinité atteigne le trône de Dieu. {EMS2 583.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 583.2

Mais il n'est nullement venu pour réduire l'obligation qui est faite aux hommes d'être parfaitement obéissants. Il n'a pas annulé la validité des Ecritures de l'Ancien Testament. Il a accompli ce que Dieu lui-même avait prédit. Il est venu, non pour que les humains soient affranchis de cette loi, mais pour leur donner le moyen d'y obéir et d'enseigner à leurs semblables à faire de même. — The Review and Herald, 15 novembre 1898. {EMS2 583.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 583.3

Dieu n'annule pas sa loi — Le Seigneur ne sauve pas les pécheurs en abolissant sa loi qui est le fondement de son gouvernement dans les cieux et sur la terre. Dieu est le juge, le garant de la justice. Transgresser une seule fois sa loi, dans le plus petit détail, est un péché. Dieu ne peut nous dispenser de sa loi, il ne peut supprimer le moindre de ses préceptes pour pardonner un péché. La justice, l'excellence morale de la loi doivent être maintenues et sauvegardées devant l'univers céleste. Et rien de moins que la mort du Fils de Dieu était nécessaire pour sauvegarder la sainteté de cette loi. — The Review and Herald, 15 novembre 1898. {EMS2 583.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 583.4

Dieu n'infirme pas ses lois — Il n'agit pas à leur encontre. Il n'annule pas le résultat du péché. Il transforme: par sa grâce, une malédiction devient une bénédiction. — Education, 169 (1903). {EMS2 583.4}

584

B) La loi de Dieu dans le domaine physique

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 584.1

Une source de bonheur — Les lois de Dieu puisent leur fondement dans la rectitude la plus immuable, et elles sont ainsi faites qu'elles procurent le bonheur à ceux qui les observent. — The Review and Herald, 18 septembre 1888; Sons and Daughters of God, 267. {EMS2 584.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 584.2

C'est du cœur de l'amour infini qu'émanent les lois auxquelles doivent obéir tous les instruments humains. — Lettre 20a, 1893; Messages choisis 2:247. {EMS2 584.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 584.3

Rachetés pour servir — Les disciples du Christ ont été rachetés en vue du service. Notre Seigneur enseigne que le véritable but de la vie, c'est l'utilité commune. Jésus lui-même fut un ouvrier, et il a fait du service une loi pour tous. Chacun doit se dépenser pour Dieu et pour ses semblables. Le Sauveur a présenté au monde une conception de la vie dépassant toutes celles que l'on connaissait. Une existence consacrée au prochain met l'homme en relation avec le Christ. La loi du service est le chaînon qui nous relie à Dieu et à nos semblables. — Les paraboles de Jésus, 282 (1900). {EMS2 584.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 584.4

Nul ne vit pour lui-même — Selon Dieu, Adam devait se présenter comme le chef de la famille terrestre, pour sauvegarder les principes de la famille céleste qui procurent la paix et le bonheur. Mais Satan était décidé à s'opposer à la loi selon laquelle "nul de nous ne vit pour lui-même". Romains 14:7. Il désirait au contraire vivre pour lui-même. Il voulait faire de sa personne un centre d'influence. C'est pour cela qu'a éclaté la révolte dans le ciel, et c'est parce que l'homme a accepté ce principe que le péché a été introduit sur la terre. Quand Adam a péché, l'homme a rompu avec l'autorité céleste. Un démon saisit le pouvoir central de ce monde. Satan plaça son trône là même où celui de Dieu aurait dû être. Le monde a déposé ses hommages, comme une offrande volontaire, aux pieds de l'ennemi. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 33 (1913). {EMS2 584.4}

585

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 585.1

Inculquer aux enfants l'obéissance aux lois divines — Vous qui avez à cœur le bien de vos enfants, vous qui désirez qu'en grandissant ils gardent des goûts sains, vous ne devez pas prêter l'oreille aux croyances et aux coutumes populaires. Si vous voulez qu'ils soient utiles dans ce monde et qu'ils reçoivent la récompense éternelle dans le royaume de gloire, vous devez leur apprendre à obéir aux lois de Dieu, révélées dans sa nature et dans sa Parole, au lieu de les pousser à suivre les coutumes du monde. — The Review and Herald, 6 novembre 1883; Tempérance, 121. {EMS2 585.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 585.2

Un remède à la délinquance juvénile — Si les pères et les mères avaient suivi les prescriptions du Christ, nous n'entendrions pas parler des péchés et des délits commis non seulement par des adultes, mais aussi par des adolescents et des enfants. La perversité de la société vient de ce que les parents ont méprisé ces préceptes, de ce qu'ils ont négligé d'éduquer leurs enfants et de leur apprendre à respecter et à honorer les saints commandements de Dieu. {EMS2 585.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 585.3

Même les maîtres chrétiens ont négligé de présenter la norme sainte par laquelle le caractère est mesuré, parce qu'ils ont cessé de respecter chacun des préceptes saints, justes et bons que Dieu a donnés. Les hommes ont pris sous leur responsabilité d'ériger un critère qui soit en accord avec leurs idées, et la loi de Yahvé a été déshonorée. C'est pourquoi l'iniquité est si grande et si répandue. C'est pourquoi notre époque devient comparable à celle de Noé et de Lot. — The Review and Herald, 2 mai 1893. {EMS2 585.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 585.4

Loi morale et lois physiques — Il existe une relation étroite entre la loi morale et les lois que Dieu a établies dans le monde physique. Si les humains voulaient obéir à la loi de Dieu, en mettant en pratique les principes contenus dans ses dix préceptes, les principes de justice qu'elle enseigne les préserveraient des mauvaises habitudes. Mais comme, en donnant libre cours à leurs appétits pervertis, ils ont reculé en matière de vertu, ils se sont affaiblis à cause de leurs pratiques 586immorales et de leur violation des lois physiques. {EMS2 585.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 586.1

La souffrance et la tristesse que l'on voit partout — la laideur, la décrépitude, la maladie et la débilité mentale dont le monde est plein, font de celui-ci une léproserie en comparaison de ce qu'il pourrait être si l'on obéissait à la loi morale de Dieu et à celle qu'il a implantée dans notre être. Par sa persistance à violer ces lois, l'homme a grandement aggravé les maux qui résultent de la transgression commise en Eden. — The Review and Herald, 11 février 1902. {EMS2 586.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 586.2

Une loi providentielle — Le chrétien doit être un bienfait pour les autres, et il en retire un bienfait pour lui-même. “Celui qui arrose sera lui-même arrosé.” Proverbes 11:25. Il s’agit là d’une loi divine, d’une loi selon laquelle Dieu veut que les flots de bienfaits, comme les eaux du grand abîme, circulent sans cesse, et retournent constamment à leur source. La dynamique des missions chrétiennes consiste dans la réalisation de cette loi. — Testimonies for the Church 7:170 (1902). {EMS2 586.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 586.3

Des lois qui régissent notre être physique — Selon la providence divine, les lois qui régissent notre être physique, ainsi que les sanctions attachées à leur violation, ont été si clairement exprimées que les êtres pensants peuvent les comprendre, et tous ont l’obligation la plus solennelle d’étudier ce sujet et de vivre en harmonie avec la loi naturelle. Les principes sanitaires doivent être mis en lumière, et l’esprit du public doit être fortement incité à les étudier. — The Review and Herald, 11 février 1902. {EMS2 586.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 586.4

De bonnes habitudes physiques assurent une supériorité mentale. La force intellectuelle, la vitalité physique et la durée de la vie dépendent de lois immuables. Le Dieu de la nature n’intervient pas pour soustraire les hommes aux conséquences de la transgression des lois de la nature. Quiconque veut être maître de soi-même doit se montrer tempérant en toutes choses. Après la prière, c’est surtout à un régime alimentaire simple que Daniel devait d’avoir une intelligence claire, des desseins fermes, une grande facilité pour apprendre, ainsi que 587la force de résister aux tentations. — The Youth’s Instructor, 9 juillet 1903; Message à la jeunesse, 240. {EMS2 586.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 587.1

Semailles et moisson — Dieu a établi des lois dans la nature où l’effet suit la cause avec une certitude absolue. La moisson dira clairement ce que nous avons semé. L’ouvrier négligent est condamné par son œuvre. La moisson dépose contre lui. Il en est de même dans le domaine spirituel: la fidélité de tout ouvrier est établie sur le résultat de son labeur, et la moisson dira s’il a été diligent ou paresseux. C’est ainsi que se décidera sa destinée éternelle. — Les paraboles de Jésus, 66, 67 (1900). {EMS2 587.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 587.2

Des mystères inexplicables — D’aucuns prétendent non sans orgueil croire uniquement ce qu’ils comprennent. Mais tout esprit lucide perçoit la folie de leur prétendue sagesse. Il y a des mystères dans la vie humaine et dans les manifestations de la puissance divine concernant les œuvres de la nature, des mystères que la philosophie la plus profonde, les recherches les plus poussées sont incapables d’expliquer. — The Review and Herald, 14 septembre 1886. {EMS2 587.2}

C) Autres lois

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 587.3

La loi de l'activité — L'action donne de la force. Une totale harmonie règne dans l'univers de Dieu. Tous les êtres célestes sont constamment en activité, et sur ce point le Seigneur Jésus a donné dans sa vie un exemple pour chacun: il "allait de lieu en lieu, faisant du bien". Actes 10:38 (Synodale). Dieu a établi la loi de l'action obéissante. Silencieux mais permanents, les objets de sa création accomplissent l'œuvre qui leur a été assignée. L'océan est sans cesse en mouvement. L'herbe qui existe aujourd'hui et qui demain sera jetée au four, accomplit son œuvre, revêtant les champs de sa beauté. Bien qu'aucune main ne semble les toucher, les feuilles s'agitent. Le soleil, la lune et les étoiles sont utiles et magnifiques dans l'accomplissement de leur mission. — Life Sketches of Ellen G. White, 87 (1915). {EMS2 587.3}

588

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 588.1

La nature — un livre d'études — La nature, pour qui est attentif à ses enseignements, rayonne. La nature est un livre d'études, la vie est une école. L'harmonie de l'homme avec Dieu et la nature, la puissance universelle des lois divines, les conséquences du péché ne peuvent que marquer l'esprit et le caractère. — Education, 112 (1903). {EMS2 588.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 588.2

Les lois de la nature sont des lois divines — Une transgression continuelle des lois de la nature est une violation permanente de la loi de Dieu. Si les humains avaient toujours obéi à la loi des dix commandements, appliquant dans leur vie les principes contenus dans ses préceptes, le fléau de la maladie qui envahit aujourd'hui le monde n'existerait pas. — Christian Temperance and Bible Hygiene, 8 (1890); Counsels on Health, 20. {EMS2 588.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 588.3

Conséquences de la violation des lois divines — La nature proteste contre toute violation des lois de la vie. Elle supporte le plus longtemps possible les injures qui lui sont faites; mais finalement vient l'heure de la sanction, et il en résulte une souffrance des facultés mentales et physiques. Mais cette sanction ne frappe pas seulement le transgresseur: la répercussion de ses défaillances se voit sur ses descendants; c'est ainsi que le mal se transmet de génération en génération. {EMS2 588.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 588.4

Nombreux sont ceux qui accusent la Providence quand la souffrance s'abat sur leurs amis ou lorsque ces derniers sont enlevés par la mort; mais il n'entre pas dans le plan de Dieu que les hommes et les femmes vivent une existence de souffrance et qu'ils meurent prématurément, laissant ainsi leur œuvre inachevée. Le Seigneur voudrait que nous vivions le plus longtemps possible, avec tous nos organes en bonne santé, et remplissant le rôle qui leur a été assigné. Il

est injuste de l'accuser de résultats qui, dans de nombreux cas, sont dus à la transgression des lois naturelles par l'homme. — The Review and Herald, 11 février 1902. {EMS2 588.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 588.5

Les erreurs du déisme — On enseigne communément que la matière possède un pouvoir vital, une énergie inhérente, des 589propriétés qui lui sont propres. De cette façon, les opérations de la nature se dérouleraient en harmonie avec des lois fixes que Dieu lui-même ne peut violer. Cette fausse science n'est nullement approuvée par la Parole de Dieu. La nature est la servante de son Créateur. Dieu n'annule pas ses lois, et ne va pas à leur encontre: il en fait ses instruments. La nature révèle une intelligence, une présence, une énergie active qui opèrent au sein de ses lois et par elles, et témoignent de l'activité continue du Père et du Fils. Jésus dit: "Mon Père travaille jusqu'à présent, et je travaille, moi aussi." Jean 5:17. — Patriarches et prophètes, 91 (1890). {EMS2 588.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 589.1

Ce qu'il faut enseigner aux élèves — Pendant qu'ils [les élèves] étudient ainsi les leçons de la création et de la vie, il nous faut leur enseigner que les mêmes lois (qui régissent création et vie) doivent nous diriger; qu'elles nous sont données pour notre bien et que c'est seulement en nous réglant sur elles que nous trouverons le bonheur et la réussite authentiques. — Education, 116 (1903). {EMS2 589.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 589.2

Arbre, fleur et fruit — Par ses enseignements le Christ a montré la portée des principes de la loi promulguée au Sinaï. Il a fait une application vivante de la loi dont les principes restent à tout jamais la grande règle de la justice, par laquelle tous seront jugés au grand jour où se tiendra le jugement, et où les livres seront ouverts. Il est venu accomplir toute justice; en tant que chef de l'humanité il a montré à l'homme comment agir de même, s'acquittant scrupuleusement de chaque devoir envers Dieu. Personne n'est contraint de perdre le ciel, vu la mesure de grâce offerte à tout homme. Quiconque s'y efforce peut atteindre à la perfection du caractère. Ceci constitue le vrai fondement de l'alliance nouvelle offerte par l'Evangile. La loi de Yahvé est l'arbre; l'Evangile est la floraison parfumée et le fruit portés par cet arbre. — The Review and Herald, 5 avril 1898; Messages choisis 1:248, 249. {EMS2 589.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 589.3

Un privilège: la liberté — Aucune contrainte dans l'œuvre 590

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 590.3

de la rédemption. Aucune force extérieure n'intervient. Placé sous l'influence de l'Esprit de Dieu, l'homme est libre de choisir qui il veut servir. Lors du changement qui se produit au moment où une âme se livre au Christ, cette âme a le sentiment d'une entière liberté. C'est l'âme elle-même qui bannit le péché. Il est vrai que nous ne possédons pas en nous-mêmes le pouvoir de nous soustraire à la domination de Satan; mais quand nous désirons être affranchis

du péché et que notre détresse nous arrache un cri en vue d'obtenir une puissance venant du dehors et d'en-haut, les facultés de l'âme sont pénétrées par l'énergie du Saint Esprit qui permet d'obéir aux décisions de la volonté en accord avec la volonté divine. — Jésus Christ, 463 (1898). {EMS2 590.3}

591

Chapitre 62 — L'art de la communication

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 591.1

L'influence des paroles — La langue et la voix sont des dons du Seigneur; utilisées comme il convient, elles sont une puissance pour Dieu. Les paroles ont une grande signification. Elles peuvent exprimer ou bien l'amour, la prière, la louange, les cantiques adressés à Dieu, ou bien la haine et la vengeance. Les paroles reflètent les sentiments du cœur. Elles peuvent être une odeur de vie donnant la vie, ou une odeur de mort donnant la mort. La langue est un monde de bénédiction ou un monde d'iniquité. — Manuscrit 40, 1896; The S.D.A. Bible Commentary 3:1159. {EMS2 591.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 591.2

Les fruits de la communion avec Dieu — Après que certains aient entretenu une communion quotidienne avec Dieu, on les voit revêtus de la bonté du Christ. Leurs paroles ne sont pas comme une grêle dévastatrice, détruisant tout sur son passage; elles sortent doucement de leurs lèvres. Elles répandent des graines d'amour et de bienveillance tout le long de leur sentier, et cela, de manière inconsciente, car le Christ vit dans leur cœur. Leur influence est davantage ressentie qu'elle n'est vue. — Manuscrit 24, 1887; The S.D.A. Bible Commentary 3:1159. {EMS2 591.2}

592

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 592.1

Des paroles qui encouragent — Tout autour de nous, on entend les plaintes d'un monde qui souffre. L'ombre pesante du péché est sur nous, et nos esprits doivent être prêts pour toute bonne parole et toute bonne œuvre. La présence de Jésus nous est assurée. La douce influence de son Saint Esprit éclaire et dirige nos pensées, de manière que nous encouragions les autres et que nous éclairions leur chemin. — Testimonies for the Church 6:115 (1900). {EMS2 592.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 592.2

Des mots encourageants — Si nous regardons au bon côté des choses, cela nous rendra calmes et joyeux. Si nous sourions, cela nous sera rendu; si nous prononçons des paroles aimables, encourageantes, on nous rendra la pareille. — The Signs of the Times, 12 février 1885. {EMS2 592.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 592.3

Les paroles du Christ — leur pouvoir — Les paroles des hommes expriment leurs pensées humaines, tandis que celles du Christ sont esprit et vie. — Testimonies for the Church 5:433 (1885). {EMS2 592.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 592.4

Les anges observent la manière dont vous représentez votre Maître céleste aux yeux du monde. Que celui qui vit pour intercéder en votre faveur devant le Père soit le sujet de vos conversations. Quand vous serrez la main d'un ami, que ce soit avec la louange de Dieu au cœur et sur les lèvres, et les pensées de cet ami se porteront sur Jésus. — Le Meilleur Chemin, 117 (1892). {EMS2 592.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 592.5

La qualité de l'enseignement du Sauveur — L'enseignement du Christ ne comporte aucun raisonnement souffrant de longueurs excessives, peu logique et compliqué. Le Sauveur va droit au but. Au cours de son ministère, il lisait dans les cœurs comme dans un livre ouvert, et du fonds de son trésor inépuisable, il tirait des choses nouvelles et des choses anciennes qui servaient à illustrer et à confirmer ses enseignements. Il touchait les cœurs et éveillait la sympathie des humains. — Manuscrit 24, 1891; Evangelism, 161. {EMS2 592.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 592.6

Facile à comprendre — La maniere d'enseigner de Jésus 593était admirable et captivante; elle était toujours marquée par la simplicité. Il expliquait les mystères du royaume des cieux en utilisant des images et des symboles qui étaient familiers pour ses auditeurs. Le petit peuple l'écoutait avec joie, car il pouvait comprendre ses paroles. Il n'employait pas de mots pompeux pour lesquels il eût fallu recourir à un dictionnaire. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 240 (1913). {EMS2 592.6}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 593.1

Un langage accessible — Il est parfois bon d'argumenter, mais une explication de la Parole de Dieu donnée avec simplicité est de beaucoup plus efficace. Les enseignements du Christ étaient si clairement illustrés que le plus ignorant pouvait rapidement en comprendre le sens. Jésus ne faisait jamais usage, dans ses discours, de mots savants, d'expressions recherchées; son langage était simple et toujours à la portée du commun peuple. Il ne conduisait pas ses auditeurs par des chemins où ils n'auraient pu le suivre. — Ministère évangélique, 163 (1915). {EMS2 593.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 593.2

Un thème d'une valeur inépuisable — Quel autre sujet est plus digne d'absorber l'esprit que le plan de la rédemption? C'est un sujet inépuisable. L'amour de Jésus, le salut offert à l'homme déchu, par son amour infini, la sainteté du cœur, la précieuse vérité pour les derniers jours, la grâce du Christ, voilà des thèmes qui peuvent occuper l'âme et apporter à ceux qui ont

le cœur pur la joie éprouvée par les disciples quand Jésus vint et marcha à leur côté sur le chemin d'Emmaüs. {EMS2 593.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 593.3

Celui qui a placé ses affections en Christ sera attiré par ces sujets sanctifiés et il y puisera la force divine. Mais celui qui n'éprouve aucun intérêt pour ces conversations et qui préfère tenir des propos sentimentaux déplacés s'est éloigné de Dieu et il devient insensible aux saintes et nobles aspirations. Ces gens prennent pour céleste ce qui est sensuel et terrestre. — Témoignages pour l'Église 2:285, 286 (1889). {EMS2 593.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 593.4

La vérité source de vie — Quand la conversation est frivole et révèle un besoin inassouvi de sympathie et de compréhension 594humaines, elle jaillit d'un sentimentalisme maladif qui est dangereux à la fois pour les jeunes et pour les hommes à cheveux gris. Quand la vérité de Dieu est un principe qui demeure dans le cœur, elle devient comme une source jaillissante; on peut essayer de l'endiguer, mais elle débordera ailleurs. Elle est là et elle ne peut être contenue. La vérité dans le cœur est une source de vie; elle rafraîchit ceux qui sont fatigués et elle réprime les pensées et les paroles coupables. — Témoignages pour l'Église 2:286 (1889). {EMS2 593.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 594.1

Ne jamais proférer de doutes — Chacun a des épreuves à traverser, de lourds chagrins à porter, des tentations difficiles à surmonter. Ne parlez pas de vos difficultés aux mortels, vos semblables, mais déposez-les aux pieds de Jésus. Prenez pour règle de ne jamais proférer une seule parole de doute ou de découragement. En faisant part de votre espérance et de votre confiance, vous pouvez embellir la vie de vos semblables et soutenir leurs efforts. — Le Meilleur Chemin, 117 (1892). {EMS2 594.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 594.2

Influence des paroles sur le caractère — Non seulement les paroles révèlent le caractère; elles réagissent sur le caractère. Les hommes subissent l'influence de leurs propres paroles. Il leur arrive souvent, momentanément influencés par Satan, d'exprimer des sentiments d'envie et de médisance, sans même y croire; mais ces expressions exercent une action sur leurs pensées. Trompés par leurs propres paroles, ils en viennent à croire ce qu'ils ont dit à l'instigation de Satan. Puis, après avoir exprimé une opinion ou une décision, ils sont trop fiers pour se rétracter et font tant et si bien pour prouver qu'ils ont raison qu'ils finissent par le croire. {EMS2 594.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 594.3

Il y a danger à exprimer un doute, à mettre en question ou à juger défavorablement la lumière divine. Des habitudes de médisance négligente et irrespectueuse réagissent sur le caractère et favorisent l'irrévérence et l'incrédulité. En cultivant ces habitudes, sans se rendre compte du danger, plus d'un homme a fini par critiquer et rejeter l'œuvre du Saint Esprit. — Jésus Christ, 313 (1898). {EMS2 594.3}

595

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 595.1

Les paroles de reproche font du tort à ceux qui les disent — Les paroles de reproche réagissent sur l'âme de celui qui les prononce. La maîtrise de la langue devrait commencer par soi-même. Ne disons de mal de personne. — Manuscrit 102, 1904. {EMS2 595.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 595.2

Paroles de réconfort — Mainte âme courageuse, accablée par la tentation, est sur le point de succomber dans la lutte contre le "moi" et contre la puissance des ténèbres. Ne la découragez pas dans ses rudes combats. Réconfortez-la par des paroles d'espérance. C'est ainsi que la lumière de Jésus Christ peut briller par vous. "Nul de nous ne vit pour lui-même." Romains 14:7. Par notre influence inconsciente, quelqu'un peut être soit encouragé et fortifié, soit découragé et éloigné du Sauveur et de sa vérité. — Le Meilleur Chemin, 117 (1892). {EMS2 595.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 595.3

La valeur des petits riens — Les petites attentions, les nombreux incidents de chaque jour où peut se montrer notre gentillesse, tout cela fait le bonheur d'une vie. Au contraire, une vie malheureuse vient de ce qu'on néglige de prononcer des paroles de bienveillance, d'encouragement, de sympathie et de rendre aux autres les menus services de chaque jour. On verra finalement que le renoncement de soi pour le bien du prochain occupera une grande place dans les registres du ciel qui relatent notre vie. On y verra aussi que le soin exagéré de soi-même, le manque d'égards pour le bonheur d'autrui n'échappent pas aux regards de notre Père céleste. — Témoignages pour l'Église 1:234, 235 (1868). {EMS2 595.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 595.4

Bannir le mépris, l'indifférence et le sarcasme — Tous doivent recueillir les précieux trésors de l'amour, non seulement pour leurs préférés, mais pour toute âme dont les mains et le cœur sont au service du ministère de l'Evangile; car tous ceux qui accomplissent cette œuvre appartiennent au Seigneur qui agit par leur intermédiaire. Apprenez des leçons d'amour de la vie de Jésus. {EMS2 595.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 595.5

Que les humains prennent garde à la manière dont ils 596s'adressent à leurs semblables. Il ne doit y avoir ni narcissisme, ni esprit de domination sur l'héritage de Dieu. Nulle pensée de mépris ne doit s'élever dans l'esprit ou dans le cœur. Aucune ombre de sarcasme ne devrait être perçue dans la voix. Si vous parlez de votre propre fonds, si vous faites preuve d'indifférence, si vous montrez de la méfiance, si vous avez des préjugés, de la jalousie, une âme sera blessée a cause de cette mauvaise manière d'agir. — Lettre 50, 1897. {EMS2 595.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 596.1

Mal causé par des paroles désobligeantes — Mon frère, vos paroles autoritaires traumatisent vos enfants. En prenant de l'âge, leur tendance à critiquer grandira. Votre habitude de censurer gâche votre vie, celle de votre femme et de vos enfants. Elle n'encourage pas ces derniers à se confier à vous ni à reconnaître leurs fautes, car ils savent qu'il leur faudra essuyer, sitôt après, une sévère réprimande. Souvent, vos paroles pleuvent sur eux comme une grêle dévastatrice tombant sur des plantes fragiles; vous leur causez par là un tort incalculable. Ils en arrivent à vous mentir pour ne pas avoir à subir vos paroles désobligeantes. Ils renoncent à dire la vérité pour échapper à la censure et au châtiment. Un ordre donné sèchement et sur un ton cassant ne peut leur faire aucun bien. — Lettre 8a, 1896; Foyer chrétien, 425. {EMS2 596.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 596.2

C'est de l'abondance du cœur que la bouche parle — Souvenez-vous que par vos paroles vous serez justifié et que par elles vous serez condamné. La langue doit être tenue en bride. Les paroles que vous prononcez sont des semences qui produiront le bien ou le mal. Maintenant a lieu pour vous le temps des semailles. {EMS2 596.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 596.3

L'homme juste tire du bien de son bon trésor. Matthieu 12:35. Pourquoi? Parce que le Christ est constamment présent dans l'âme. La vérité sanctifiante est un trésor de sagesse pour tous ceux qui la mettent en pratique. Comme une source d'eau vive, elle jaillit jusque dans la vie éternelle. Celui dont le cœur n'est pas habité par le Christ se laissera aller à prononcer des paroles vulgaires, à des affirmations exagérées, 597à semer la discorde. La langue qui profère des paroles méchantes, vulgaires, des grossièretés a besoin d'être traitée aux charbons ardents du genévrier. — Manuscrit 17, 1895. {EMS2 596.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 597.1

Des hommes dont les progrès sont bloqués — Certains hommes ont d'excellentes facultés, mais qui stagnent. Ils ne progressent pas vers la victoire, et les capacités que Dieu leur a données ne servent à rien dans sa cause parce qu'elles sont inutilisées. Un grand nombre de ces hommes sont des gens bougons. Ils ronchonnent parce qu'à leur avis, ils ne sont pas appréciés. Mais ils ne s'apprécient pas suffisamment eux-mêmes pour accepter de collaborer avec le plus grand Maître que le monde ait jamais connu. — The Review and Herald, 10 mars 1903. {EMS2 597.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 597.2

Message adressé à un ministre de l'Evangile — Le Seigneur aidera chacun de nous là où nous en avons le plus besoin dans l'œuvre solennelle qui consiste à vaincre et à dominer le "moi". Que la loi de la bonté soit sur nos lèvres et l'huile de la grâce dans notre cœur. Cela produira de merveilleux résultats. Vous serez sensible, sympathique et aimable. Vous avez besoin de cultiver ces vertus. Le Saint Esprit doit être accueilli et introduit dans votre caractère; alors, il deviendra un feu sacré qui produira un encens, lequel s'élèvera vers Dieu; il ne

proviendra pas de lèvres accusatrices, mais il sera comme un baume pour les âmes des hommes. Votre visage reflétera l'image du divin. {EMS2 597.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 597.3

Il ne faut pas proférer de paroles brutales, critiques et tranchantes. C'est là un feu profane qui doit être éliminé de nos comités et de nos relations avec nos frères. Dieu demande à toute personne qui est à son service d'allumer son encensoir aux charbons du feu sacré. {EMS2 597.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 597.4

Nous devons ravaler les paroles vulgaires, sévères, dures qui s'échappent si facilement de nos lèvres afin que l'Esprit de Dieu parle au travers de l'agent humain. En contemplant le caractère du Christ vous serez transformés à son image. Seule la grâce du Christ peut changer votre cœur, et vous refléterez alors l'image du Seigneur Jésus. Dieu nous appelle 598à être comme lui: purs, saints, sans tache. Nous devons refléter l'image divine. — Lettre 84, 1899; The S.D.A. Bible Commentary 3:1164. {EMS2 597.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 598.1

Paroles blessantes — Vous serez mis à rude épreuve. Placez votre confiance dans le Seigneur Jésus Christ. Souvenez-vous que par votre véhémence vous vous ferez du mal à vous-même. Si, en toute circonstance, vous êtes assis dans les lieux célestes en Christ, vos paroles ne seront pas chargées de projectiles qui blessent les cœurs et risquent de tuer. — Lettre 169, 1902. {EMS2 598.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 598.2

S'exposer aux rayons du Soleil de justice — Ne parlons pas de nos doutes et de nos difficultés, car chaque fois que nous en parlons, ils ne font que s'aggraver. Chaque fois que nous les mentionnons, Satan a remporté la victoire; mais lorsque nous disons: "Je Lui confie la garde de mon âme, comme à un fidèle témoin", nous montrons que nous nous sommes donnés à Jésus Christ sans réserve; Dieu nous donnera alors la lumière, et nous nous réjouirons en lui. Nous devons nous exposer aux lumineux rayons du Soleil de justice, et nous serons alors la lumière du monde. "Vous l'aimez [Jésus Christ] sans l'avoir vu. Sans le voir encore, vous croyez en lui et vous tressaillez d'une allégresse indicible et glorieuse." 1 Pierre 1:8. — Manuscrit 17, 1894. {EMS2 598.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 598.3

Faire grandir notre foi — Plus vous parlez de foi, plus elle grandit. Plus vous vous appesantissez sur vos motifs de découragement, en confiant aux autres vos difficultés et en vous étendant sur le sujet pour vous attirer leur sympathie, plus vous serez découragé et éprouvé. Pourquoi nous lamenter sur ce à quoi nous ne pouvons échapper? Dieu nous invite à fermer les fenêtres de notre âme côté terre et à les ouvrir côté ciel afin qu'il puisse inonder nos cœurs de la gloire qui rayonne d'en haut. — Manuscrit 102, 1901. {EMS2 598.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 598.4

Quand une réprimande s'impose — S'il est vrai que nos paroles doivent toujours être bienveillantes et aimables, aucun 599mot ne devrait être prononcé qui puisse faire croire à un coupable que son comportement n'est pas répréhensible aux yeux de Dieu. Une telle forme de gentillesse est terrestre et trompeuse. On n'a pas le droit de témoigner une affection, une sympathie indues. Les coupables ont besoin d'être éclairés et blâmés, et doivent être parfois sévèrement réprimandés. — Manuscrit 17, 1899. {EMS2 598.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 599.1

Satan, l'accusateur des frères — Vous ne sauriez être trop attentif à ce que vous dites, car les paroles que vous prononcez révèlent quel esprit anime votre esprit et votre cœur. Si le Christ régit votre cœur, vos paroles refléteront la pureté, la beauté et le parfum d'un caractère façonné par sa volonté. Mais depuis sa chute, Satan a été un accusateur des frères, et vous devez veiller à ne pas faire preuve du même esprit. — Lettre 69, 1896. {EMS2 599.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 599.2

Conseil donné aux prédicateurs — Ne pensez pas, lorsque vous avez traité un sujet une fois, que les auditeurs retiendront tout ce que vous leur avez dit. Il est dangereux de passer trop rapidement d'un point à un autre. Que vos sermons soient courts, nets, prononcés dans des termes simples, et répétez-les souvent. On s'en souviendra plus facilement. Nos prédicateurs devraient se rappeler que les sujets qu'ils traitent peuvent être nouveaux pour certains de leurs auditeurs; c'est pourquoi il faudrait insister suffisamment sur les principaux points du message. — Ministère évangélique, 162 (1915). {EMS2 599.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 599.3

La culture de la voix — Les ministres de l'Evangile et les enseignants devraient accorder une attention particulière à la culture de la voix. Ils devraient apprendre à s'exprimer, non d'une manière nerveuse et brusquée, mais clairement et distinctement, en gardant à la voix son timbre naturel. {EMS2 599.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 599.4

La voix du Sauveur était une mélodie pour ceux qui étaient habitués à la prédication morne et monotone des scribes et des pharisiens. Il parlait lentement et de façon expressive, insistant sur les mots auxquels il voulait que ses auditeurs soient 600particulièrement attentifs. Jeunes et vieux, savants et ignorants pouvaient comprendre le sens de ses paroles, ce qui eût été impossible s'il s'était exprimé à la hâte, ajoutant phrase après phrase sans s'arrêter. La foule était suspendue à ses lèvres, et on disait de lui qu'il ne parlait pas comme les scribes et les pharisiens; car il s'exprimait avait autorité. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 239, 240 (1913). {EMS2 599.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 600.1

“A haute et intelligible voix” — Grâce à d’ardentes prières et à des efforts persévérants, nous pouvons acquérir l’aptitude requise pour parler. Cette aptitude suppose que l’on prononce distinctement chaque syllabe et que l’on mette l’accent là où il faut. Parlez lentement. Nombreux sont ceux qui parlent rapidement, débitant un mot après l’autre si rapidement que l’effet recherché n’est pas obtenu. Introduisez dans vos paroles l’esprit et la vie du Christ. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 254, 255 (1913). {EMS2 600.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 600.2

Expérience personnelle de l’auteur — Dans ma jeunesse, j’avais l’habitude de parler trop fort. Le Seigneur m’a fait comprendre qu’en donnant ainsi à ma voix une tonalité anormale, je ne pourrais faire une bonne impression sur les auditeurs. Puis le Christ me fut présenté avec son style d’élocution. Il y avait une douce mélodie dans sa voix. Calme et posée, celle-ci atteignait ceux qui l’écoutaient, et ses paroles pénétraient leurs cœurs; ils étaient capables de comprendre ce qu’il disait avant qu’il ait prononcé la phrase suivante. Certains prédicateurs semblent croire qu’il leur faut parler à toute vitesse, de crainte que l’inspiration ne leur manque, à eux et à leurs auditeurs. Si c’est cela l’inspiration, eh bien! qu’ils la perdent, et plus tôt ce sera, mieux cela vaudra. — Manuscrit 19b, 1890; Evangelism, 598, 599. {EMS2 600.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 600.3

Maîtriser son élocution — Votre influence devrait être beaucoup plus grande, et votre faculté de parler, sous le contrôle de votre raison. Quand vous fatiguez vos cordes vocales, les modulations de votre voix sont paralysées. Quant à la tendance à parler rapidement, elle devrait être résolument 601maîtrisée. Dieu exige des instruments humains tout ce dont l’homme est capable. Tous les talents confiés aux agents humains doivent être cultivés, appréciés, et utilisés comme un précieux don du ciel. Les prédicateurs qui travaillent dans l’œuvre sont des agents désignés par Dieu, des canaux à travers lesquels il peut communiquer la lumière céleste. L’usage insouciant, négligent de quelque faculté d’origine divine que ce soit, fait que celle-ci s’atrophie, si bien qu’en cas de besoin urgent, au moment où l’on pourrait faire le plus grand bien, les facultés sont si faibles, si anémiques et si stériles qu’elles ne peuvent rendre que très peu de services. — Special Testimonies Series A 7:10 (6 janvier 1897); Evangelism, 597. {EMS2 600.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 601.1

Lecture à haute voix — L’art de lire correctement, sur le ton voulu, est des plus importants. Quelle que soit la masse de connaissances que vous avez acquises par ailleurs, si vous avez négligé de cultiver votre voix et votre élocution — ce qui vous aurait permis de parler et de lire distinctement et intelligemment — , tout ce que vous avez appris ne vous sera guère profitable; car, sans culture vocale, vous êtes incapable de communiquer facilement et avec clarté ce que vous avez étudié. — Manuscrit 132, 1902; Evangelism, 595. {EMS2 601.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 601.2

Valeur de l’enthousiasme — Un jour que Betterton, le célèbre acteur dînait avec le docteur Sheldon, archevêque de Canterbury, l’archevêque lui dit: “Dites-moi, Monsieur Betterton, comment il se fait que vous, acteur, émouviez si puissamment vos auditeurs en parlant de choses imaginaires? — Monseigneur, répliqua Betterton, permettez-moi de vous dire avec tout le respect dû à votre grandeur que la raison est bien simple: tout dépend de la puissance de l’enthousiasme. Sur la scène, nous parlons de choses imaginaires comme si elles étaient réelles et vous, en chaire, vous parlez de choses réelles comme si elles étaient imaginaires.” — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 255 (6 juillet 1902); L’Espirit de prophétie et ses enseignements, 369. {EMS2 601.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 601.3

Environnement — Bien qu’il y ait de l’iniquité tout autour 602de nous, nous ne devons pas aborder ce sujet. Ne parlez pas de l’iniquité et de la perversité qui existent dans le monde, mais élevez vos esprits et parlez de votre Sauveur. Quand vous voyez le mal qui vous environne, cela devrait vous rendre d’autant plus heureux de savoir que Jésus est votre Sauveur et que nous sommes ses enfants. — Manuscrit 7, 1888. {EMS2 601.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 602.1

“Le silence est d’or” — Quand on se laisse aller à la colère, on est aussi ivre que l’homme qui porte le verre s’alcool à ses lèvres. Apprenez combien le silence est éloquent, et sachez que Dieu respecte le rachat offert par le sang du Christ. Faites vous-même votre éducation; nous avons chaque jour quelque chose à apprendre. Nous devons monter toujours plus haut et plus près de Dieu. Nettoyez de toute impureté le sentier du grand Roi. Frayez un chemin pour que le Roi puisse marcher au milieu. Otez tous les obstacles de votre bouche. Voir Colossiens 3:8. — Manuscrit 6, 1893. {EMS2 602.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 602.2

Une contrainte bénéfique — Sans la foi, il est impossible d’être agréable à Dieu. Le salut peut être l’apanage de nos foyers. Mais il nous faut croire et vivre en conséquence, avoir une foi et une confiance inébranlables en Jésus. Nous devons triompher d’un tempérament irritable et contrôler nos paroles, remportant ainsi de grandes victoires; sinon nous serons les esclaves de Satan. {EMS2 602.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 602.3

Toute parole hargneuse, désagréable, impatiente et chagrine est une offrande que nous déposons sur l’autel de la majesté satanique. Et c’est une offrande coûteuse, plus coûteuse que tous les sacrifices que nous pouvons faire pour Dieu, car elle détruit la paix et le bonheur de la famille entière; elle ruine la santé et risque d’entraîner la perte de la vie et du bonheur éternels. {EMS2 602.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 602.4

La contrainte que le Seigneur impose à nos lèvres est pour notre bien. Elle est un facteur de bonheur pour notre foyer et ceux qui nous entourent. Elle nous affine, sanctifie notre jugement, donne le repos de l’esprit et enfin la vie éternelle. Par cette contrainte sacrée, nous grandirons en grâce et en 603humilité, et il nous sera facile de parler comme il convient. Notre humeur naturelle et emportée sera tenue en bride. Le Sauveur fera sa demeure chez nous et nous fortifiera heure après heure. Des anges visiteront nos foyers et, pleins de joie, apporteront au ciel les nouvelles des progrès de notre vie spirituelle. L’ange inscrira l’heureux résultat dans les registres d’en haut. — Témoignages pour l’Église 1:121, 122 (1862). {EMS2 602.4}

Section 13 — La personnalité

Chapitre 63 — L'imagination

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 607.1

Jésus faisait appel à l'imagination — Le Christ atteignait le cœur en passant par l'imagination. Ses comparaisons étaient empruntées à la vie courante; quoique simples, elles revêtaient une signification profonde. Les oiseaux du ciel, les lis des champs, la semence, le berger et les brebis: tout cela servait à illustrer les vérités immortelles présentées par le Christ; chaque fois que, par la suite, ses auditeurs revoyaient ces choses de la nature, ses paroles leur revenaient à la mémoire. Ainsi les comparaisons employées par le Christ répétaient sans cesse ses leçons. {EMS2 607.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 607.2

Le Christ ne flattait jamais les hommes. Il ne disait rien qui pût exciter leur fantaisie ou leur imagination; il ne les félicitait pas de leurs inventions habiles; de profonds penseurs, dépourvus d'idées préconçues, appréciaient son enseignement qui défiait leur sagesse. Ils s'étonnaient de voir des vérités spirituelles exprimées dans un aussi simple langage. — Jésus Christ, 237 (1898). {EMS2 607.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 607.3

Contrôler son imagination — Rares sont ceux qui 608comprennent que maîtriser ses pensées et son imagination est un devoir. Il est difficile de fixer un esprit indiscipliné sur des sujets utiles. Mais si les pensées ne sont pas employées comme il convient, la religion ne peut s'épanouir dans l'âme. L'esprit doit s'intéresser aux choses sacrées et éternelles, sinon il s'attachera à des pensées futiles et superficielles. Les facultés intellectuelles et morales doivent être disciplinées, de manière qu'elles se fortifient et se développent par l'exercice. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 544 (1913). {EMS2 607.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 608.1

Imagination et maladie*

Voir chapitre 37: "Imagination et maladie".

— L'imagination provoque parfois la maladie, et très souvent l'aggrave. Beaucoup restent invalides toute leur vie, qui seraient en bonne santé s'ils voulaient croire qu'ils le sont. D'autres pensent que chaque petit courant d'air provoquera une maladie, et le mal vient, en effet, parce qu'il était attendu. D'autres encore meurent de maladies dont les causes sont entièrement imaginaires. — Le ministère de la guérison, 207 (1905). {EMS2 608.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 608.2

Une imagination faussée — D'après ce que le Seigneur m'a montré, ce genre de femmes [celles qui ont des idées exagérées de leurs qualités] ont une imagination faussée à cause des

romans qu'elles ont lus, de leurs rêveries et du fait qu'elles se sont bâti des châteaux en Espagne — bref, parce qu'elles vivent dans un monde irréel. Elles ne ramènent pas leurs idées au niveau des devoirs ordinaires et utiles de la vie. Elles n'assument pas les tâches de l'existence et ne cherchent pas à rendre leur foyer heureux et rayonnant pour leur mari. Elles s'appuient sur lui de tout leur poids et ne portent pas leur propre fardeau. Elles s'attendent que d'autres aillent au-devant de leurs désirs et qu'ils les réalisent à leur place, alors qu'elles-mêmes se sentent libres de critiquer et de contester. De telles femmes souffrent d'un sentimentalisme morbide; elles s'imaginent toujours qu'elles ne sont pas appréciées et que leur mari ne leur accorde pas l'attention qu'elles méritent. 609Elles se prennent pour des martyrs. — Testimonies for the Church 2:463 (1870). {EMS2 608.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 609.1

Un homme hypersensible — J'ai vu que le Seigneur vous avait donné la lumière et l'expérience voulues pour que vous puissiez comprendre qu'il est répréhensible de faire preuve d'impatience et qu'il est nécessaire de maîtriser vos passions. Aussi vrai que vous échouez dans ces deux domaines, vous manquerez la vie éternelle. Il vous faut vaincre cette maladie de l'imagination. {EMS2 609.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 609.2

Vous êtes extrêmement sensible, et si quelqu'un prononce un mot contraire à la voie que vous avez suivie, vous en êtes blessé. Vous avez le sentiment que vous êtes blâmé et que vous devez vous défendre, sauver votre vie; or, en voulant sauver votre vie, vous la perdez. Vous avez une œuvre à faire pour mourir au "moi" et pour cultiver un esprit de patience. Renoncez à l'idée que l'on a été injuste avec vous, qu'on vous a fait du tort, que quelqu'un veut vous enfoncer et vous faire du mal. Vos yeux vous trompent. Satan vous influence pour que vous voyiez les choses sous un faux jour. — Testimonies for the Church 2:424 (1870). {EMS2 609.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 609.3

Comment on attriste le Saint Esprit — Vous pouvez contrôler votre imagination et surmonter ces crises nerveuses. Vous disposez du pouvoir de la volonté, et vous devriez faire appel à lui. Mais vous ne l'avez pas fait et vous avez laissé votre imagination exacerbée dominer votre raison. En cela, vous avez attristé le Saint Esprit. Si vous ne disposiez d'aucun pouvoir sur vos sentiments, ce ne serait pas un péché; mais vous ne pouvez pas invoquer une excuse pour céder à l'ennemi. Votre volonté a besoin d'être sanctifiée et soumise au lieu d'être mobilisée pour lutter contre celle de Dieu. — Testimonies for the Church 5:310, 311 (1885). {EMS2 609.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 609.4

Influence du régime alimentaire — L'intempérance commence à notre table lorsque nous faisons usage d'aliments malsains. Quand cet usage se prolonge quelque temps, les organes de la digestion s'affaiblissent et les aliments ne 610satisfont plus l'appétit. Des conditions défavorables à la santé sont alors créées et il en résulte un désir de prendre des aliments plus stimulants. Le thé, le café et la viande produisent un effet immédiat. Sous l'influence de ces

poisons, le système nerveux est excité et, dans certains cas et pour un certain temps, l'intelligence paraît être stimulée et l'imagination devient plus vive. — Témoignages pour l'Église 1:478 (1875). {EMS2 609.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 610.1

L'usage de stimulants — Le thé est un stimulant et produit même un certain degré d'ivresse. Le café et d'autres breuvages de même nature sont identiques. On éprouve d'abord une certaine euphorie. Les nerfs de l'estomac sont excités, et cette excitation se transmet au cerveau qui, à son tour, la communique au cœur. Ce dernier bat plus rapidement, et tout l'organisme en reçoit une impulsion réelle, bien que passagère. On oublie la fatigue, les forces semblent revenir; l'esprit se ranime, et l'imagination devient plus vive. — Le ministère de la guérison, 273, 274 (1905). {EMS2 610.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 610.2

Caractère illusoire des réveils populaires — Les réveils populaires sont trop souvent produits par des appels à l'imagination, par l'excitation des émotions: ils satisfont le goût du clinquant et de la nouveauté. Les convertis recrutés de cette façon sont peu désireux d'écouter les Ecritures: le témoignage des apôtres et des prophètes les laisse indifférents. Les services religieux qui n'ont rien de sensationnel ne les attirent pas. Les messages qui ne font appel qu'à la raison ne trouvent aucun écho dans leur âme. Les avertissements positifs de la Parole de Dieu qui concernent directement leurs intérêts éternels sont pour eux lettre morte. — La tragédie des siècles, 503, 504 (1888). {EMS2 610.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 610.3

Le danger des spectacles — Le théâtre compte parmi les lieux de plaisir les plus dangereux qui soient. Au lieu d'être une école de moralité et de vertu, comme on le prétend, il est le foyer même de l'immoralité. Ces amusements confirment les habitudes vicieuses et la tendance au péché. Des sensations basses, des gestes, des expressions, des attitudes obcènes 611dépravent l'imagination et détruisent la moralité. En principe, chaque jeune homme ou jeune fille qui fréquente habituellement de tels spectacles est corrompu. {EMS2 610.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 611.1

Il n'existe aucune influence plus puissante pour empoisonner l'imagination, pour détruire les aspirations religieuses et pour émousser le goût des plaisirs tranquilles et des sobres réalités de la vie, que les représentations théâtrales. Le désir de voir ces scènes augmente chaque fois qu'on le satisfait, de même que le besoin d'absorber des boissons alcoolisées s'affirme d'autant plus qu'on lui cède davantage. La seule sauvegarde consiste à fuir le théâtre, le cirque et tous les autres lieux où l'on se distrait de façon douteuse. — Testimonies for the Church 4:652, 653 (1881). {EMS2 611.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 611.2

L’imagination troublée par des lectures — Vous vous êtes permis de lire des romans et des contes au point de vivre dans un monde imaginaire. L’influence d’une telle lecture est mauvaise pour l’esprit comme pour le corps; elle affaiblit votre intelligence et met dangereusement à contribution vos forces physiques. Parfois votre esprit est à peine normal parce que votre imagination a été surexcitée et rendue malade par la lecture de telles fictions. L’esprit doit être discipliné de telle sorte que toutes ses facultés soient développées symétriquement... {EMS2 611.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 611.3

Si l’imagination est constamment stimulée par des fictions littéraires, elle deviendra bientôt un tyran et dominera toutes les autres facultés de l’esprit en donnant des goûts fantasques et des tendances perverses. — Témoignages pour l’Église 1:656, 657 (1881). {EMS2 611.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 611.4

La lecture affecte le cerveau — Je connais certaines personnes qui ont perdu l’équilibre mental par suite de mauvaises habitudes en matière de lecture. Elles traversent l’existence avec une imagination malade, grossissant tous les ennuis. Des choses auxquelles un esprit sain et raisonnable ne s’attarderait pas deviennent pour de telles personnes des épreuves insupportables et des obstacles insurmontables. Pour elles, la vie est perpétuellement dans l’ombre. — Christian Temperance and Bible Hygiene, 124 (1890); Fundamentals of Christian Education, 162, 163. {EMS2 611.4}

612

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 612.1

L’imagination corrompue par les yeux — Nous vivons une époque où la corruption pullule de toutes parts. Le regard et la lecture engendrent la convoitise des yeux et les passions impures. L’imagination corrompt le cœur. L’esprit se plaît à contempler des scènes qui éveillent les passions basses. Ces représentations viles, perçues au travers d’une imagination souillée, corrompent les facultés morales et préparent les êtres égarés et aveuglés à donner libre cours à leurs passions sensuelles. Il s’ensuit des péchés et des délits qui ravalent les êtres créés à l’image de Dieu au rang de la bête, les précipitant dans la perdition. {EMS2 612.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 612.2

Evitez de lire et de voir des choses qui éveillent des pensées impures. Cultivez le sens moral et les facultés intellectuelles. Veillez à ce que ces nobles facultés ne soient pas affaiblies, altérées par la lecture de nombreux romans. Je connais des gens au tempérament fort qui ont été déséquilibrés et dont l’esprit a été en partie obscurci, paralysé à cause de l’intempérance en matière de lecture. — Testimonies for the Church 2:410 (1870). {EMS2 612.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 612.3

Dangers de la masturbation — Quand des personnes s'adonnent à la masturbation, on ne peut éveiller leur sens moral de manière qu'elles apprécient les choses éternelles et prennent plaisir aux exercices spirituels. Les pensées impures s'emparent de l'imagination, la contrôlent et fascinent l'esprit, et il s'ensuit une envie presque irrépressible d'accomplir des actes impurs. Si l'esprit prenait l'habitude de méditer sur des sujets édifiants..., sur des choses pures et saintes, il serait préservé de cette habitude terrible et avilissante pour l'âme et pour le corps. L'esprit s'habituerait alors à contempler des sujets élevés, s'attardant sur le ciel, les choses pures et sacrées, et les pensées ne seraient pas attirées vers cet acte vil et dégradant. — Testimonies for the Church 2:470 (1870). {EMS2 612.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 612.4

Conséquences néfastes des rêveries — Si le "moi" tient une grande place dans les pensées et dans les rêves, cela se traduira par des paroles et par des actes de même nature. De telles pensées ne sont pas propres à favoriser une communion étroite 613avec Dieu. Ceux qui agissent sans bien réfléchir font preuve d'imprudence. Ils font des efforts sporadiques, frappent à droite et à gauche, essaient de saisir ceci ou cela, mais en vain. Ils ressemblent à une vigne dont les vrilles non maîtrisées poussent dans tous les sens et s'accrochent sur n'importe quels détritus à leur portée; avant que la vigne puisse être de quelque utilité, ces vrilles doivent être détachées de ce à quoi elles se sont agrippées, et être amenées à se fixer sur des supports qui les embelliront et leur permettront d'être bien formées. — Lettre 33, 1886. {EMS2 612.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 613.1

Maîtriser l'imagination — Si vous aviez habitué votre esprit à réfléchir sur des sujets élevés, à méditer sur des thèmes célestes, vous auriez pu faire beaucoup de bien. Vous auriez pu exercer une influence sur l'esprit des autres de manière à les détourner de leurs pensées égoïstes, de leurs inclinations mondaines et à les conduire dans des voies spirituelles. Si vos affections et vos pensées étaient soumises à la volonté du Christ, vous seriez en mesure de faire du bien. Votre imagination est malade parce que vous lui avez permis de s'aventurer sur des sentiers défendus, et de verser dans la rêverie. La rêverie et la tendance à vous bâtir des châteaux en Espagne vous ont disqualifié. Vous avez vécu dans un monde illusoire; vous avez été un martyr imaginaire, un chrétien imaginaire. — Testimonies for the Church 2:251 (1869). {EMS2 613.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 613.2

Message adressé à une famille centrée sur elle-même — Vous devriez vous écarter du sentier ensorcelé de Satan et ne pas permettre que vos esprits rompent leur allégeance avec Dieu. En Jésus Christ, vous pouvez et vous devez être heureux et acquérir des habitudes de maîtrise de soi. Vos pensées elles-mêmes doivent être amenées à se soumettre à la volonté de Dieu et vos sentiments doivent être placés sous le contrôle de la raison et de la religion. L'imagination ne vous a pas été accordée pour que vous lui donniez libre cours et que vous la laissiez agir à sa guise sans aucun effort ni contrainte. Si les pensées sont désordonnées, les sentiments le seront aussi; or, 614l'association des pensées et des sentiments constituent le caractère. Si vous estimez qu'en tant que chrétiens il ne vous est pas demandé de maîtriser vos pensées et vos

sentiments, vous êtes sous l'influence des anges rebelles et vous appelez par là leur présence et leur contrôle sur vous. Si vous cédez à vos impressions et si vous permettez à vos pensées de s'engager sur la voie de la suspicion, du doute et du mécontentement, vous serez parmi les plus malheureux des humains, et vos vies se solderont par un échec. — Testimonies for the Church 5:310 (1885). {EMS2 613.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 614.1

Vivre dans le réel — A moins que vous n'envisagiez la vie telle qu'elle est, que vous ne renonciez aux séduisants caprices de l'imagination et que vous ne consentiez à vous pénétrer des sérieuses leçons de l'expérience, vous prendrez conscience — trop tard — de la réalité. Alors, vous vous rendrez compte de la terrible erreur que vous avez commise. — Testimonies for the Church 3:43 (1872). {EMS2 614.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 614.2

Cupidité et besoins imaginaires — Le cas de frère I. est inquiétant. Ce monde est son dieu; il adore l'argent... Il prétend n'avoir besoin de la répréhension de personne, mais il mérite la pitié de tous. Sa vie a été une grave erreur. Bien qu'il eût de tout en abondance, il souffrait de besoins pécuniaires illusoires. Satan avait pris possession de son esprit et, en excitant sa cupidité, il lui a fait perdre la raison sur ce point. Les capacités nobles et élevées de son être ont été rendues en grande partie esclaves de cette propension singulièrement égoïste. {EMS2 614.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 614.3

Son seul espoir est de rompre les liens de Satan et de surmonter ce travers de caractère. Il a bien essayé après qu'il ait éprouvé des remords de conscience, mais ce n'est pas suffisant. Se contenter de déployer de grands efforts et de renoncer à une petite partie de ses biens, en ayant le sentiment de se séparer ainsi d'une partie de son âme, n'est pas le fruit d'un vrai christianisme. {EMS2 614.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 614.4

Il doit appliquer son esprit à de bonnes œuvres. Il doit lutter contre sa propension à la cupidité. Il doit introduire de bonnes œuvres dans toute sa vie. Il doit cultiver un amour pour faire 615le bien et surmonter l'esprit mesquin, intéressé qu'il a développé. — Testimonies for the Church 2:237, 238 (1869). {EMS2 614.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 615.1

La superstition, fruit d'une imagination maladive — J'ai vu que votre expérience n'était pas valable parce qu'elle était contraire à la loi naturelle. Elle est opposée aux principes immuables de la nature. Ma chère sœur, la superstition, fruit d'une imagination maladive, vous met en conflit avec la science et les principes. Auquel renoncerez-vous? Vos préjugés tenaces et vos idées très arrêtées concernant la meilleure voie que vous devez suivre vous ont longtemps empêchée de faire le bien. Je suis au courant de votre cas depuis des années, mais je me suis

sentie incapable de présenter le sujet d'une manière suffisamment claire pour que vous puissiez le saisir, le comprendre, et que vous soyez en mesure de mettre en pratique la lumière qui vous a été donnée. — Testimonies for the Church 3:69 (1872). {EMS2 615.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 615.2

Influence de l'imagination sur les mères — J'ai vu des mères qui sont sous l'emprise d'une imagination maladive, et dont l'influence se répercute sur le mari et les enfants. Les fenêtres doivent être fermées parce que la mère sent les courants d'air. Si elle est quelque peu frileuse et si elle éprouve le besoin de changer de vêtements, elle pense qu'il doit en être de même pour ses enfants, si bien que toute la famille se trouve privée d'énergie physique. Tous subissent l'influence d'un seul esprit, tous souffrent physiquement et mentalement à cause de l'imagination maladive d'une seule femme, qui se considère comme le critère de toute la famille... {EMS2 615.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 615.3

Les gens contractent la maladie à cause de leurs mauvaises habitudes; mais en dépit de la lumière et de la connaissance qui leur sont accordées, ils persistent dans leurs voies. Ils raisonnent de la façon suivante: "N'avons-nous pas déjà essayé? et n'avons-nous pas compris la chose par expérience?" Mais l'expérience d'une personne dont l'imagination est en défaut ne devrait pas avoir beaucoup de valeur pour quiconque. — Testimonies for the Church 2:524 (1870). {EMS2 615.3}

616

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 616.1

Tenir son esprit en bride — Tous les humains sont moralement dotés du libre arbitre, et comme tels ils devraient orienter leurs pensées dans la bonne direction. Il y a là un vaste champ dans lequel l'esprit peut s'engager sans danger. Lorsque Satan cherche à détourner l'esprit vers des choses viles et sensuelles, ramenez-le dans le droit chemin et fixez-le sur les choses éternelles. Quand le Seigneur verra les efforts sincères déployés pour garder des pensées pures, il attirera l'esprit, comme un aimant, il purifiera les pensées et les libérera de tout péché secret. "Nous renversons les raisonnements et toute hauteur qui s'élève contre la connaissance de Dieu, et nous amenons toute pensée captive à l'obéissance au Christ." 2 Corinthiens 10:5. {EMS2 616.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 616.2

Pour ceux qui désirent se réformer, le premier devoir consiste à purifier l'imagination. Si l'esprit est entraîné dans une mauvaise direction, il doit être tenu en bride et incité à s'arrêter sur des sujets purs et nobles. Lorsque vous êtes tenté de céder à une imagination corrompue, fuyez jusqu'au trône de la grâce, et priez afin de recevoir la puissance d'en haut. Par la force de Dieu, l'imagination peut être maîtrisée afin qu'elle se porte sur des thèmes purs et célestes. — Appeal to Mothers, 30. {EMS2 616.2}

Chapitre 64 — Les habitudes

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 617.1

Principes et habitudes — La Parole de Dieu est suffisante pour éclairer les esprits les plus enténébrés et elle peut être comprise par tous ceux qui en ont le désir... Celle-ci abonde en principes généraux destinés à former de bonnes habitudes et les Témoignages généraux et personnels ont pour but d'attirer l'attention spécialement sur ces principes. — Témoignages pour l'Église 2:328 (1889). {EMS2 617.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 617.2

Comme un filet de fer — Une fois qu'elle a été formée, une habitude est comparable à un filet de fer. Vous aurez beau lutter désespérément contre elle, vous ne vous en déferez pas. Votre seul salut est de construire pour le présent et pour l'éternité. — Lettre 117, 1901. {EMS2 617.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 617.3

Conseil adressé aux jeunes — C'est un devoir pour tous d'observer des règles strictes concernant leurs habitudes de vie. Chers jeunes, cela est pour votre bien tant physiquement que moralement. Quand vous vous levez le matin, réfléchissez, dans la mesure du possible, au travail que vous avez à 618accomplir pendant la journée. Si nécessaire, ayez un petit carnet dans lequel vous noterez les choses qui doivent être faites, et fixez le moment où vous le ferez. — The Youth's Instructor, 28 janvier 1897; Evangelism, 562. {EMS2 617.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 618.1

Des habitudes régulières favorisent la santé — Notre Dieu est un Dieu d'ordre, et il désire que ses enfants *veuillent* se mettre en ordre et se placer sous sa discipline. Ne vaudrait-il donc pas mieux rompre avec l'habitude qui consiste à prendre la nuit pour le jour et les heures fraîches du matin pour celles de la nuit? Si les jeunes voulaient cultiver des habitudes d'ordre et de régularité, ils amélioreraient leur santé, leur dynamisme, leur mémoire et leur caractère. — The Youth's Instructor, 28 janvier 1897. {EMS2 618.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 618.2

Faire disparaître les causes de maladie — De bonnes habitudes, cultivées avec intelligence et persévérance, supprimeront les causes de maladie, et l'on n'aura pas besoin de recourir à des médicaments. Nombreux sont ceux qui se laissent aller peu à peu à leurs désirs contre nature, ce qui aboutit à un état de choses tout aussi peu naturel. — Manuscrit 22, 1887; Medical Ministry, 222. {EMS2 618.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 618.3

Les dangers de l'intempérance — On peut obtenir une bonne santé grâce à de bonnes habitudes de vie, et l'on peut en retirer un intérêt, et même des intérêts multipliés. Mais ce

capital, plus précieux que celui obtenu par un dépôt en banque, peut être sacrifié par l'intempérance dans le manger et le boire ou parce que les organes sont condamnés à s'étioler par l'inaction. Il nous faut renoncer à nos caprices favoris et surmonter notre paresse. — Testimonies for the Church 4:408 (1880). {EMS2 618.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 618.4

L'avilissement des facultés — Toute habitude qui ne favorise pas une action saine dans l'organisme humain ravale les facultés supérieures et nobles. Les mauvaises habitudes dans le manger et le boire conduisent à des erreurs en pensée et en acte. — The Review and Herald, 25 janvier 1881; Counsels on Health, 67. {EMS2 618.4}

619

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 619.1

Vaincre les habitudes préétablies — Dans de nombreux cas, les habitudes et les idées préétablies doivent être vaincues avant que l'on puisse progresser dans la vie religieuse. — The Review and Herald, 21 juin 1887; Fundamentals of Christian Education, 118. {EMS2 619.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 619.2

Il est difficile de se défaire des mauvaises habitudes (message adressé à un responsable) — Il vous sera difficile aujourd'hui d'opérer dans votre caractère les changements que Dieu vous demande de faire, parce que vous avez eu de la peine à faire preuve de ponctualité et de promptitude dans votre jeunesse. Une fois que le caractère a été formé, que les habitudes se sont implantées, que les facultés mentales et morales se sont affermies, il est particulièrement difficile de se débarrasser des mauvaises habitudes, de manière à agir avec promptitude. {EMS2 619.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 619.3

Vous devez apprécier la valeur du temps. Il n'est pas admissible que vous négligiez les tâches les plus importantes, si difficiles qu'elles soient, espérant ainsi vous en dispenser totalement ou en pensant qu'elles deviendront moins pénibles, tandis que vous occupez votre temps à des choses agréables et qui ne vous coûtent pas vraiment. Vous devriez commencer par accomplir les tâches qui doivent l'être et qui constituent un intérêt vital pour la cause, et entreprendre les tâches moins importantes seulement après que les plus essentielles ont été accomplies. {EMS2 619.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 619.4

La ponctualité et l'énergie dans l'œuvre et la cause de Dieu sont de la plus haute importance. Les atermoiements sont pratiquement des défaites. Le temps est précieux et doit être employé au maximum. Les relations d'ici-bas et les intérêts personnels devraient toujours être laissés au second rang. On ne devrait jamais permettre à l'œuvre de Dieu de souffrir le moins du monde à

cause de nos proches amitiés ou de nos relations les plus chères. — Testimonies for the Church 3:499, 500 (1875). {EMS2 619.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 619.5

Tendances héréditaires et acquises — Chez Judas, la principale tendance héréditaire et acquise était la cupidité. Avec le temps, celle-ci devint une habitude qu'il intégra dans ses 620affaires. Les principes chrétiens de probité et de justice n'avaient pas place dans ses affaires. Ses habitudes en la matière se traduisirent par un esprit de mesquinerie et devinrent un redoutable piège. A ses yeux le gain était un véritable principe religieux et toute vraie justice était subordonnée à cela. Bien que continuant à être apparemment un disciple du Christ et tout en vivant en sa présence même, il s'appropriait les moyens financiers qui appartenaient au trésor du Seigneur. — Manuscrit 28, 1897. {EMS2 619.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 620.1

Les habitudes déterminent l'avenir — Souvenons-nous que les jeunes forment des habitudes qui, neuf fois sur dix, décideront de leur avenir. L'influence des relations qu'ils entretiennent ou qu'ils engagent et les principes qu'ils adoptent auront leurs répercussions durant toute la vie. — Testimonies for the Church 4:426 (1880). {EMS2 620.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 620.2

Le mal a plus de force que le bien — Les enfants sont particulièrement sensibles aux impressions, et ils retiennent pendant toute leur vie les leçons qu'ils apprennent dans leur jeune âge. Tout le savoir qu'ils peuvent accumuler n'effacera jamais les carences qui résultent d'un défaut de discipline dans l'enfance. Une seule négligence, souvent répétée, forme une habitude. Une seule mauvaise action fraye la voie à une autre, et sa répétition forme une habitude. {EMS2 620.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 620.3

On acquiert plus facilement de mauvaises habitudes que des bonnes, et on se libère plus difficilement des premières. Il faut beaucoup moins de temps et de peine pour abimer la disposition d'un enfant qu'il n'en faut pour inculquer à son âme des principes et des habitudes de justice. C'est seulement en surveillant et en contrecarrant constamment le mal que l'on peut espérer corriger ses dispositions. {EMS2 620.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 620.4

Le Seigneur sera avec vous, mamans, tandis que vous essaierez de cultiver de bonnes habitudes chez vos enfants. Mais il vous faut commencer tôt cette éducation, sinon, votre tâche future sera très difficile. Instruisez-les "précepte sur précepte, règle sur règle, un peu ici, un peu là". Ésaïe 28:10. 621Souvenez-vous que vos enfants appartiennent à Dieu et qu'ils doivent devenir ses fils et ses filles. Le Seigneur veut que les familles de la terre soient des modèles de la famille céleste. — The Review and Herald, 5 décembre 1899. {EMS2 620.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 621.1

Des habitudes ancrées — Les actes répétés accomplis dans un sens donné deviennent des habitudes. Au cours de l'existence, celles-ci peuvent être modifiées grâce à une éducation sévère, mais elles peuvent rarement être changées. Une fois qu'elles ont été formées, les habitudes s'impriment toujours plus profondément sur le caractère. — The Gospel Herald, janvier 1880; Child Guidance, 199, 200. {EMS2 621.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 621.2

Méthode à proscrire — Ce n'est pas en blâmant les défauts des autres que nous parviendrons à les réformer. Une telle méthode fait souvent plus de mal que de bien. {EMS2 621.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 621.3

Dans sa conversation avec la femme samaritaine, au lieu de dénigrer le puits de Jacob, le Christ lui présenta quelque chose de meilleur. Il lui dit: "Si tu connaissais le don de Dieu et qui est celui qui te dit: Donne-moi à boire! tu lui aurais toi-même demandé à boire, et il t'aurait donné de l'eau vive." Jean 4:10. Il amena ainsi la conversation sur le trésor dont il voulait lui faire part, offrant à cette femme quelque chose de meilleur que ce qu'elle possédait: l'eau vive, la joie et l'espérance de l'Evangile. — Le ministère de la guérison, 130 (1905). {EMS2 621.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 621.4

Les efforts pour changer viennent du désir de bien faire — Il arrive, il est vrai, à l'homme d'être honteux de ses péchés et de délaisser certaines mauvaises habitudes avant d'être conscient de la puissance d'attraction de Jésus Christ. Mais chaque tentative de réforme, basée sur un désir sincère de bien faire, est le résultat de cette puissance d'attraction. Une influence dont il ne se rend pas compte agit sur son âme, ranime sa conscience morale et amende sa conduite extérieure. Et à mesure que le Sauveur attire ses regards sur la croix et lui fait contempler celui que ses péchés ont percé, les commandements de Dieu parlent à sa conscience. Il se rend compte de 622la perversité de sa vie; il comprend que le péché a jeté de profondes racines dans son cœur. Il commence à entrevoir la justice de Jésus Christ, et il s'écrie: "Quelle n'est pas la gravité du péché, puisqu'il a fallu un tel prix pour la rédemption de ses victimes! Tout cet amour, toutes ces souffrances, toute cette humiliation étaient-ils nécessaires pour que nous ne périssions pas, mais que nous ayons la vie éternelle?" — Le Meilleur Chemin, 24, 25 (1892). {EMS2 621.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 622.1

Transformés par la contemplation — En contemplant comme dans un miroir la gloire du Seigneur, nous sommes réellement transformés en la même image, de gloire en gloire, comme par le Seigneur, l'Esprit. 2 Corinthiens 3:18. Nous comptons sur trop peu, et nous recevons selon notre foi. Nous ne devons pas nous entêter dans nos voies, dans nos plans et dans nos idées, mais nous devons être transformés par le renouvellement de l'intelligence, afin que nous discernions quelle est la volonté de Dieu, "qui est bonne, agréable et parfaite". Romains 12:2.

Les péchés ancrés doivent être vaincus et les mauvaises habitudes doivent être surmontées. Les mauvaises dispositions et les mauvais sentiments doivent être déracinés; le caractère et les sentiments saints doivent être engendrés par l'Esprit de Dieu. — Lettre 57, 1887. {EMS2 622.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 622.2

Quand on met un frein aux mauvaises habitudes, elles opposent une forte résistance; mais si l'on poursuit le combat avec énergie et persévérance, elles peuvent être vaincues. — Testimonies for the Church 4:655 (1881). {EMS2 622.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 622.3

Le pouvoir de la grâce du Christ — Nous ne pouvons recevoir dans leur plénitude les bienfaits qui découlent de l'obéissance que si nous acceptons la grâce du Christ. C'est cette dernière qui permet à l'homme d'obéir à la loi divine. C'est elle qui lui donne la force d'abandonner ses mauvaises habitudes et qui est seule capable de le remettre sur le bon chemin. — Le ministère de la guérison, 90 (1905). {EMS2 622.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 622.4

Par la puissance du Christ, les pécheurs ont brisé les chaînes de leurs habitudes coupables; ils ont renoncé à leur 623égoïsme. Le profane est devenu respectueux; l'ivrogne, tempérant; le débauché, vertueux. Les âmes qui portaient l'empreinte de Satan ont été transformées à l'image divine. — Conquérants pacifiques, 423 (1911). {EMS2 622.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 623.1

La seule sécurité de l'âme — Songeons à la puissance ennoblissante des pensées pures. C'est là que réside la seule sécurité de l'âme. Un homme "est tel que sont les pensées de son âme". Proverbes 23:7. On parvient à se maîtriser par l'exercice. Ce qui paraît tout d'abord difficile devient facile par la répétition constante. C'est ainsi que les bonnes pensées et les bonnes actions deviennent habituelles. — Le ministère de la guérison, 425 (1905). {EMS2 623.1}

624

Chapitre 65 — L'indolence

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 624.1

Développer nos facultés — un devoir — Dieu exige le développement des facultés mentales. Il veut que ses serviteurs aient une plus grande intelligence et un jugement plus sain que les gens du monde. Ceux qui sont trop indolents ou trop insouciants pour devenir des ouvriers utiles et instruits sont les objets de son déplaisir. Le Seigneur nous invite à l'aimer de tout notre cœur, de toute notre âme, de toute notre force, et de toute notre pensée. Cela nous place dans l'obligation de développer notre intelligence au plus haut degré possible, afin que nous

puissions connaître et aimer notre Créateur de toute notre pensée. — Les paraboles de Jésus, 288 (1900). {EMS2 624.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 624.2

Le travail — un bienfait — Dans le jardin d'Eden, qui était le ciel en miniature, Adam pouvait contempler les œuvres de Dieu. Toutefois, le Seigneur ne créa pas l'homme uniquement pour qu'il contemple ses œuvres glorieuses; il lui donna des mains pour travailler, ainsi qu'un esprit et un cœur pour admirer. Si le bonheur de l'homme consistait à ne rien faire, le Créateur n'aurait pas prescrit à Adam la tâche qui lui était 625confiée. L'homme devait trouver son bonheur aussi bien dans le travail que dans la méditation. — The Review and Herald, 24 février 1874; The S.D.A. Bible Commentary 1:1082. {EMS2 624.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 625.1

Un terrible fléau — La Bible n'approuve jamais l'indolence — ce fléau le plus ruineux pour notre monde. — Les paraboles de Jésus, 298 (1900). {EMS2 625.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 625.2

Accomplir avec joie les tâches quotidiennes — D'aucuns considèrent que la richesse et l'oisiveté sont de vraies bénédictions, mais ceux qui sont constamment actifs et qui accomplissent avec joie leurs tâches quotidiennes sont particulièrement heureux et jouissent d'une excellente santé. La saine fatigue qui résulte d'un travail bien organisé leur procure un sommeil réparateur. La parole selon laquelle l'homme doit gagner son pain à la sueur de son front et celle qui lui promet un bonheur futur et glorieux émanent du même trône, et sont toutes deux des bénédictions. — The Youth's Instructor, 5 décembre 1901; My Life Today, 168. {EMS2 625.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 625.3

La clé du bonheur — Ce n'est qu'en étant bon et en faisant le bien que l'on obtient le vrai bonheur. La joie la plus pure, la plus élevée est assurée à ceux qui accomplissent fidèlement leurs devoirs. — The Youth's Instructor, 5 décembre 1901; My Life Today, 168. {EMS2 625.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 625.4

L'oisiveté conduit à la dépression — Les sentiments de découragement sont souvent le résultat d'une inaction indue. L'oisiveté donne du temps pour cultiver des inquiétudes imaginaires. De nombreuses personnes qui ne souffrent pas présentement de vraies épreuves et de vraies difficultés sont certaines de les prévoir dans l'avenir. Si de telles personnes cherchaient à alléger les fardeaux des autres, elles oublieraient leurs soucis. Un travail accompli avec énergie qui mobiliserait les capacités mentales et physiques serait un bienfait inestimable pour l'esprit et pour le corps. — The Signs of the Times, 15 juin 1882. {EMS2 625.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 625.5

Le développement du caractère — Souvenez-vous qu'en toute occasion vous montrez ce que vous êtes, et vous 626développez votre caractère. Quoi que vous fassiez, soyez ponctuel, diligent; surmontez l'inclination à chercher une tâche facile. — Le ministère de la guérison, 432 (1905). {EMS2 625.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 626.1

Renoncement à soi-même — Il faut habituer l'esprit à se détourner du "moi", et à méditer sur des sujets élevés et édifiants. Que les précieuses heures de la vie ne soient pas gaspillées à rêver à quelque grande tâche qui pourrait être accomplie dans l'avenir, tandis que les menus devoirs du présent sont négligés. — The Signs of the Times, 15 juin 1882. {EMS2 626.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 626.2

L'inaction nuit à la santé — Les invalides ne devraient pas se laisser enliser dans l'inaction; cela nuit grandement à leur santé. Il faut faire appel à la force de la volonté; l'aversion pour l'exercice et la crainte des responsabilités doivent être surmontées. A moins qu'ils ne secouent cette apathie et cet esprit rêveur et qu'ils ne se décident à agir, ils ne recouvreront jamais la santé. — The Signs of the Times, 15 juin 1882. {EMS2 626.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 626.3

Trop indolents — Ceux qui sont trop indolents pour prendre conscience de leurs responsabilités et pour exercer leurs facultés ne recevront pas la bénédiction divine; les aptitudes qu'ils possédaient leur seront ôtées et seront données aux ouvriers actifs, dynamiques qui développent leurs talents par un usage constant. — Testimonies for the Church 4:458, 459 (1880). {EMS2 626.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 626.4

Nécessité d'un travail bien organisé — Certains jeunes gens s'imaginent que s'ils peuvent passer leur vie à ne rien faire, ils seront suprêmement heureux. Ils cultivent une véritable aversion pour le travail utile. Ils envient les amateurs de plaisirs qui passent leur temps en amusements et en loisirs... De telles pensées et une telle attitude aboutissent au mécontentement et aux déceptions. Le désœuvrement a précipité plus d'un jeune dans la perdition. {EMS2 626.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 626.5

Un travail bien organisé est essentiel à la réussite de tout jeune. Dieu n'aurait pu infliger aux humains une plus grande malédiction que de les condamner à vivre une vie d'inaction. 627L'oisiveté détruit l'âme et le corps. Le cœur, le sens moral et les énergies physiques sont affaiblis. L'intelligence souffre, et le cœur, telle une large avenue, est ouvert et prêt à se laisser envahir par tous les vices. L'homme indolent incite le démon à le tenter. — Manuscrit 2, 1871; Our High Calling, 222. {EMS2 626.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 627.1

Message adressé à des parents — Vous avez été totalement inconscients de l'emprise de l'ennemi sur vos enfants. Le travail domestique, même s'il s'était soldé par de la fatigue, ne leur aurait pas fait un cinquième du mal causé par les habitudes d'indolence. S'ils avaient appris plus tôt à employer leur temps à un travail utile, ils se seraient épargné bien des dangers. Ils n'auraient pas hérité d'une telle disposition à la fébrilité, d'un tel désir de changement et de se faire des relations. Ils se seraient évité bien des tentations à la vanité et à se livrer à de vains amusements, à des lectures et à des conversations futiles et absurdes. Ils auraient consacré davantage de leur temps à leur profit, sans être aussi fortement tentés de rechercher la compagnie du sexe opposé et à se chercher de mauvaises excuses. La vanité et de mauvaises inclinations, l'inutilité et le péché positif ont été le résultat de cette indolence. — Testimonies for the Church 4:97, 98 (1876). {EMS2 627.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 627.2

Utiliser toutes les facultés — L'homme a un rôle à jouer dans le grand combat pour la vie éternelle; il doit se prêter à l'œuvre du Saint Esprit. Cela suppose de sa part une lutte pour rompre avec les puissances des ténèbres, et l'Esprit agit en lui pour lui permettre d'y parvenir. Mais l'homme n'est pas un être passif qui serait sauvé malgré son indolence. Il est appelé à tendre tous ses muscles et à utiliser toutes ses facultés dans son combat en vue de l'immortalité; toutefois, c'est Dieu qui donne les capacités requises. {EMS2 627.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 627.3

Aucun être humain ne saurait être sauvé dans son indolence. Le Seigneur nous exhorte en ces termes: "Efforcez-vous d'entrer par la porte étroite. Car je vous le dis, beaucoup chercheront à entrer et n'en seront pas capables." Luc 13:24. "Entrez par la porte étroite car large est la porte et 628spacieux le chemin qui mènent à la perdition, et il y en a beaucoup qui entrent par là. Mais étroite est la porte et resserré le chemin qui mènent à la vie, et il y en a peu qui les trouvent." Matthieu 7:13, 14. — Manuscrit 16, 1896. {EMS2 627.3}

629

Chapitre 66 — Besoins émotionnels*

Voir vol. 1, chapitre 5: "La source des énergies vitals" et vol. 2, chapitre 3: "Problèmes émotionnels".

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 629.1

Raison de l'existence — La loi de Dieu est une loi d'amour. Il nous a entourés de beauté pour nous enseigner que nous ne sommes pas sur la terre uniquement pour bêcher, planter, construire, scier et filer, mais pour apporter, comme les fleurs, de la joie et de la lumière, avec l'amour du Christ, dans la vie de ceux qui nous entourent. — Heureux ceux qui, 80. {EMS2 629.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 629.2

L'amour, un principe fondamental — L'amour doit être le principe de l'action. Il est l'essence même du gouvernement divin sur la terre et dans les cieux. Il faut aussi qu'il soit à la base du caractère chrétien, car c'est le seul élément qui puisse le rendre inébranlable et lui permettre d'affronter victorieusement l'épreuve et la tentation. — Les paraboles de Jésus, 34, 35 (1900). {EMS2 629.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 629.3

Cultiver l'amour — L'amour pour Dieu et l'amour les uns pour les autres doit être cultivé, car il est aussi précieux que 630l'or. Nous devons refléter l'image d'une religion pure et sans tache qui, tant dans sa nature que dans ses exigences, est l'opposé de l'égoïsme. L'amour dont le Christ a donné l'exemple est sans pareil; sa valeur dépasse celle de l'or, de l'argent ou des pierres précieuses. Nous devons prier en vue de recevoir l'amour que le Christ possédait et le rechercher. Le chrétien qui le possède manifeste un caractère qui dépasse toutes les faiblesses humaines. — Lettre 335, 1905. {EMS2 629.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 630.1

Le besoin d'amour — La raison pour laquelle il y a tant d'hommes et de femmes au cœur dur vient de ce que l'affection véritable a été considérée comme de la faiblesse, qu'elle a été découragée et réprimée. Le meilleur côté de ces personnes a été faussé et atrophié dans leur enfance, et à moins que les rayons de la lumière divine ne dissipe leur froideur et leur égoïsme inflexible, le bonheur de telles personnes est à jamais perdu. Si nous voulons avoir un cœur tendre, comme celui que Jésus avait quand il était sur la terre, et une sympathie sanctifiée comme celle que les anges avaient à l'égard des pécheurs mortels, nous devons cultiver la sensibilité de l'enfance, qui est la simplicité même. — Testimonies for the Church 3:539 (1875). {EMS2 630.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 630.2

Le cœur, une source d'amour — Ni frère ni sœur K. n'ont fait l'expérience qui consiste à faire des sacrifices pour la vérité, à être riche en bonnes œuvres et à se faire des trésors dans le ciel. Leur sympathie, leurs attentions et leur patience n'ont pas été mises en œuvre par des enfants soumis et aimants. Ils se sont laissé guider par leurs convenances personnelles. Leur cœur n'a pas été une source produisant des ruisseaux vivants de tendresse et d'affection. En faisant du bien aux autres par des paroles d'amour et par des actes de bonté et de bienveillance, ils en retireraient une bénédiction pour eux-mêmes. La sphère de leur utilité a été trop étroite. — Testimonies for the Church 2:649, 650 (1871). {EMS2 630.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 630.3

L'excellence de l'amour — C'est l'amour du moi qui détruit notre paix. Aussi longtemps que ce moi est vivant, nous le 631défendons contre la mortification et l'insulte. Mais lorsque nous sommes morts et que notre vie est cachée avec le Christ en Dieu, nous ne prenons plus à cœur

les manques d'égards ou d'estime. Nous devenons sourds et aveugles aux brimades, aux moqueries et aux insultes. "La charité est patiente, elle est pleine de bonté; la charité n'est point envieuse; la charité ne se vante point, elle ne s'enfle point d'orgueil, elle ne fait rien de malhonnête, elle ne cherche point son intérêt, elle ne s'irrite point, elle ne soupçonne point le mal, elle ne se réjouit point de l'injustice, mais elle se réjouit de la vérité; elle excuse tout, elle croit tout, elle espère tout, elle supporte tout. La charité ne périt jamais." 1 Corinthiens 13:4-8. — Heureux ceux qui, 22. {EMS2 630.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 631.1

La seule sécurité de l'âme — Songeons à la puissance ennoblissante des pensées pures. C'est là que réside la seule sécurité de l'âme. Un homme "est tel que sont les pensées de son âme". Proverbes 23:7. On parvient à se maîtriser par l'exercice. Ce qui paraît tout d'abord difficile devient facile par la répétition constante. C'est ainsi que les bonnes pensées et les bonnes actions deviennent habituelles. Si nous le voulons, nous pouvons nous détourner de tout ce qui est vil et mesquin, et nous élever jusqu'à un haut idéal; nous serons alors respectés des hommes et aimés de Dieu. — Le ministère de la guérison, 425 (1905). {EMS2 631.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 631.2

L'exemple inqualifiable des Cananéens — Dieu montra aux Israélites les résultats du commerce avec les esprits malins en plaçant sous leurs yeux les abominations des Cananéens, qui étaient sans affection naturelle, idolâtres, adultères, meurtriers, abominables par leurs pensées et leurs actions révoltantes. — Patriarches et prophètes, 666 (1890). {EMS2 631.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 631.3

La mort est le fruit de la méchanceté*

Voir chapitre 19: "Haine et esprit de vengeance".

— L'esprit de haine 632

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 632.3

et de vengeance — dont Satan est l'auteur — fit mettre à mort le Fils de Dieu. Quiconque ouvre son cœur à la rancune et à la malveillance y accueille un esprit dont les fruits sont mortels. Le mal y est enfermé comme la plante l'est dans la semence. "Quiconque hait son frère est un meurtrier, et vous savez qu'aucun meurtrier n'a la vie éternelle demeurant en lui." 1 Jean 3:15. — Heureux ceux qui, 51. {EMS2 632.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 632.1

Besoin de bonnes amitiés — Nombreux sont ceux qui pourraient être préservés des mauvaises influences s'ils bénéficiaient de bonnes relations et si on leur adressait des paroles de bienveillance et d'amour. — Testimonies for the Church 4:364 (1879). {EMS2 632.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 632.2

Un lien mystérieux — Dans nos institutions, où beaucoup de personnes travaillent ensemble, l'influence des fréquentations est très grande. On recherche naturellement la société des autres. Chacun trouve ou se fait des amis. Et la plus ou moins grande influence en bien ou en mal est proportionnée à la force de l'amitié qui unit les uns et les autres. {EMS2 632.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 632.3

Un lien mystérieux unit les cœurs des hommes et confond leurs sentiments, leurs goûts et leurs principes. L'un s'inspire de la pensée et imite les manières d'agir de l'autre. De même que la cire garde l'empreinte du sceau, ainsi l'esprit conserve les impressions produites par la fréquentation et la société des autres. Cette influence peut être inconsciente, mais elle n'en est pas moins importante. — Témoignages pour l'Église 1:676 (1881). {EMS2 632.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 632.4

L'homme: un être sociable — Le Seigneur a fait de l'homme un être sociable; il voudrait que nous soyons pénétrés de la nature bienveillante et aimante du Christ et que par nos relations nous soyons intimement liés les uns aux autres en tant qu'enfants de Dieu, accomplissant une œuvre pour le présent et pour l'éternité. — Lettre 26a, 1889; Medical Ministry, 48, 49. {EMS2 632.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 632.5

Les fruits de la jalousie — Ils [les ennemis du Christ] virent que la majesté, la pureté et la beauté de la vérité, ainsi que sa profonde et douce influence, s'emparaient de nombreux 633esprits et que l'amour et la tendresse du Sauveur lui gagnaient tous les cœurs. Les rabbins comprirent que sa doctrine allait anéantir leur enseignement en renversant le mur qui les séparait du peuple et qui flattait tant leur orgueil et leur exclusivisme. Aussi, redoutant qu'il n'attirât tous les hommes à lui si on ne l'en empêchait, devenant nettement hostiles, ils guettèrent l'occasion de le décrier aux yeux du peuple et permirent ainsi au sanhédrin de le condamner à mort. — Heureux ceux qui, 44. {EMS2 632.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 633.1

Fréquentations et caractère — On a pu dire à juste titre: "Dis-moi qui tu fréquentes, et je te dirai qui tu es." Les jeunes ne se rendent pas compte à quel point leur caractère et leur réputation dépendent du choix de leurs fréquentations. On recherche naturellement la compagnie de ceux dont on partage les goûts. {EMS2 633.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 633.2

Celui qui préfère la compagnie des ignorants et des dépravés à celle des sages et des vertueux montre par là que son caractère est défectueux. Ses goûts et ses habitudes peuvent dans un premier temps être tout à fait différents des goûts et des habitudes de ceux dont il recherche la compagnie, mais à mesure qu'il fréquente cette catégorie de personnes, ses pensées et ses sentiments changent; il en vient à sacrifier les bons principes et tombe insensiblement mais inévitablement au niveau de ceux qu'il fréquente. De même qu'un cours d'eau s'imprègne du

sol à travers lequel il s'écoule, de même les principes et les habitudes des jeunes s'imprègnent du caractère de ceux qu'ils fréquentent. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 221 (1913). {EMS2 633.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 633.3

Une relation que chacun doit apprécier à sa juste valeur — Dieu nous a liés les uns aux autres en tant que membres d'une seule famille, et chacun a le devoir de cultiver cette relation. Il est des services dus à autrui que l'on ne saurait feindre d'ignorer si par ailleurs on observe les commandements de Dieu. Vivre, penser et agir uniquement pour soi, c'est se disqualifier comme serviteurs de Dieu. Les titres pompeux et les grands talents ne sont pas indispensables pour devenir de 634bons citoyens ou des chrétiens exemplaires. — Testimonies for the Church 4:339, 340 (1879). {EMS2 633.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 634.1

Lien profond entre mère et enfant — Le lien terrestre le plus tendre est celui qui existe entre la mère et son enfant. Celui-ci est plus volontiers influencé par la vie et par l'exemple de sa mère que par ceux du père; car un lien plus fort et plus tendre les unit. Les mères ont une lourde responsabilité. Si je pouvais leur faire comprendre l'œuvre qu'elles peuvent accomplir dans la formation de l'esprit de leurs enfants, j'en serais heureuse. — Testimonies for the Church 2:536 (1870). {EMS2 634.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 634.2

Jésus Christ, l'Exemple sans défaut — Nos fréquentations sont d'une grande importance. Nous pouvons nouer beaucoup de relations agréables et utiles, mais nulle n'est aussi précieuse que celle qui permet à l'homme fini d'entrer en rapport avec le Dieu infini. C'est ainsi que les paroles du Christ demeurent en nous... Il en résultera un cœur purifié, une vie marquée par la prudence et un caractère sans faille. Mais c'est uniquement par la connaissance et la relation avec le Christ que nous pouvons devenir comme lui, l'Exemple sans défaut. — The Signs of the Times, 10 septembre 1885; My Life Today, 190. {EMS2 634.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 634.3

Le devoir des médecins — Le docteur qui se montre digne d'être placé comme médecin-chef d'un établissement hospitalier accomplira une œuvre importante. Mais ses efforts dans le domaine religieux devraient toujours être d'une nature telle que l'antidote divin pour la guérison des âmes malades du péché soit présenté aux patients. Tous les médecins devraient comprendre qu'une telle œuvre devrait être accomplie avec délicatesse et sagesse. Dans nos établissements où des malades mentaux sont admis pour être soignés, les paroles de réconfort et de vérité adressées aux êtres angoissés seront souvent un moyen de tranquilliser l'esprit et d'apaiser l'âme. — Lettre 20, 1902; Medical Ministry, 189. {EMS2 634.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 634.4

Un don de Dieu — Tout élan, toute aspiration vers le bien est 635un don de Dieu; seule la vie qui vient de Dieu, et que nous acceptons par la foi, peut nous permettre réellement de croître et d'être efficaces. — Education, 285 (1903). {EMS2 634.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 635.1

Choisir le bien à tout prix — L'amour d'autrui, principe de base du royaume de Dieu, est détesté de Satan; il en refuse l'existence. Dès le début de sa lutte contre Dieu, il a cherché à prouver que les mobiles de Dieu étaient égoïstes, et il procède de la même façon avec tous ceux qui servent Dieu. L'œuvre du Christ et de tous ceux qui portent son nom est de démontrer la fausseté des revendications de Satan. {EMS2 635.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 635.2

C'était pour donner par sa propre vie une illustration de l'amour d'autrui que Jésus est venu sur terre sous forme humaine. Et tous ceux qui acceptent ce principe sont appelés à être ouvriers avec Dieu en l'appliquant dans leur vie quotidienne. Choisir le bien parce que c'est le bien, défendre la vérité au prix de souffrances, de sacrifices — "tel est l'héritage des serviteurs de l'Eternel, telle est la justice qui leur vient de moi — oracle de l'Eternel". Ésaïe 54:17. — Education, 176 (1903). {EMS2 635.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 635.3

Le monde redevable à la loi divine — Pour tout ce qui rend possibles la confiance et la collaboration, le monde est redevable à la loi divine, telle que la donne la Parole, cette loi dont il subsiste encore des traces, souvent bien légères, presque effacées, dans le cœur de l'homme. — Education, 155 (1903). {EMS2 635.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 635.4

La vraie réussite — Si nous entretenons avec Dieu des relations convenables, nous réussirons partout où nous allons; c'est réussir que nous voulons, et non pas gagner de l'argent — pleinement réussir, et Dieu nous accordera cela parce qu'il connaît tous nos sacrifices et nos renoncements. Vous pouvez penser que votre renoncement est sans conséquence, et que l'on devrait avoir plus de considération pour vous. Mais Dieu sait apprécier ces choses. Il m'a été montré souvent que lorsque quelqu'un entreprend la course aux salaires il se place dans une position défavorable. Mais quand il accepte un salaire attestant un esprit de sacrifice, le Seigneur 636voit le renoncement et il donne succès et victoire. Cela m'a été présenté plusieurs fois. Le Seigneur, qui voit dans le secret, récompensera publiquement tout sacrifice que ses serviteurs éprouvés auront consenti. — Manuscrit 12, 1913; Messages choisis 2:205. {EMS2 635.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 636.1

Ne pas faire confiance aux richesses — Nombreux sont ceux qui croient trouver la sécurité dans les richesses d'icibas. Le Christ s'efforce d'ôter de leurs yeux la paille qui obscurcit leur vision pour leur permettre de contempler au-delà de toute mesure un poids éternel de gloire. Ils

prennent les fantômes pour des réalités, et ils ont perdu de vue les gloires du monde éternel. Le Christ les engage à porter leurs regards au-delà du présent et à ajouter l'éternité à leur vision. — Lettre 264, 1903; Sons and Daughters of God, 247. {EMS2 636.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 636.2

Notre seule sécurité — Satan sait très bien que toute la puissance de l'armée des ténèbres ne peut rien contre l'âme la plus faible qui se cramponne à Jésus Christ, et que, s'il l'attaquait ouvertement, il essuierait une défaite. Alors, embusqué avec ses suppôts, il s'ingénie à faire sortir les soldats de la croix hors de leur forteresse, prêt à abattre tous ceux qui s'aventureront sur son terrain. Notre seule sécurité se trouve dans une humble confiance en Dieu et dans une obéissance intégrale à tous ses commandements. — La tragédie des siècles, 578 (1888). {EMS2 636.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 636.3

Dieu offre la sécurité — Dieu veut que nous préférions les réalités célestes aux réalités terrestres. Il nous donne l'occasion de faire un placement à la banque du ciel. Il encourage nos aspirations les plus élevées et désire mettre en lieu sûr nos plus chers trésors. Il déclare: "Je rendrai les hommes plus rares que l'or fin, je les rendrai plus rares que l'or d'Ophir." Ésaïe 13:12. Quand les richesses que la teigne et la rouille détruisent n'auront plus aucune valeur, les disciples du Christ seront heureux de posséder au ciel un trésor inépuisable. — Les paraboles de Jésus, 328 (1900). {EMS2 636.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 636.4

L'influence sanctifiante de la vérité — La seule sécurité 637pour toute âme est une pensée juste. Nous devons utiliser tous les moyens que Dieu a placés à notre portée pour maîtriser et cultiver nos pensées. Nous devons mettre nos pensées en harmonie avec sa pensée. Sa vérité nous sanctifiera, corps, âme et esprit, et nous serons capables de surmonter la tentation. Les paroles que nous prononcerons seront des paroles de sagesse. — Lettre 123, 1904. {EMS2 636.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 637.1

Vérité et santé — Quand un homme, esclave pendant longtemps d'habitudes mauvaises et coupables, est touché par la puissance de la vérité divine opérant dans son cœur, ses facultés morales, apparemment paralysées, reprennent vie. Il possède alors une faculté de raisonnement plus vigoureuse et plus claire que lorsqu'il n'avait pas encore attaché son âme au Rocher éternel. Même sa santé physique, du fait du sentiment de sa sécurité en Christ, s'en ressent. La bénédiction spéciale que Dieu fait reposer sur lui apporte elle aussi santé et vigueur. — Christian Temperance and Bible Hygiene, 13 (1890); Tempérance, 85. {EMS2 637.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 637.2

Le pardon libérateur — Le paralytique trouva en Christ la guérison de l'âme et du corps. Avant que la maladie physique puisse être guérie, le Christ devait apporter le repos de l'esprit,

et purifier l’âme du péché. Cette leçon ne doit pas être négligée. Il y a aujourd’hui des milliers de gens souffrant de maladies physiques qui, comme le paralytique, soupirent après ces paroles: “Tes péchés te sont pardonnés”. Luc 5:20. Le fardeau du péché, avec son angoisse et ses désirs insatisfaits, est à l’origine de leur maladie. Ils ne peuvent trouver aucun repos tant qu’ils ne viennent pas au Médecin de l’âme. La paix que lui seul peut donner restaurera la vigueur de l’esprit et du corps. — Le ministère de la guérison, 60 (1905). {EMS2 637.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 637.3

Le ministère des anges — Les anges, qui feront pour vous ce que vous ne pouvez pas faire par vous-mêmes comptent sur votre coopération. Ils attendent que vous répondiez à l’attrait qu’exerce le Christ. Approchez-vous de Dieu et approchez-vous les uns des autres. Par la prière silencieuse, par 638le désir de résister aux agents sataniques, rangez votre volonté du côté de la volonté de Dieu. Si vous êtes déterminé à résister au malin, et que vous priez sincèrement: Délivre-moi du mal, vous obtiendrez la force requise pour votre journée. {EMS2 637.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 638.1

Le ministère des anges du ciel consiste à s’approcher de ceux qui sont éprouvés, tentés, et qui souffrent. Ces messagers célestes travaillent sans relâche pour le salut des âmes en faveur desquelles le Christ est mort. — The Review and Herald, 4 juillet 1899; Sons and Daughters of God, 36. {EMS2 638.1}

639

Chapitre 67 — Dispositions naturelles

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 639.1

Différentes dispositions — Dans nos rapports avec nos semblables, souvenons-nous que nous n’avons pas tous les mêmes dons ni les mêmes dispositions. Les ouvriers diffèrent les uns des autres quant aux idées et à la façon de voir les choses. Mais c’est la convergence des talents variés qui contribue au succès de notre œuvre. Souvenons-nous que certains peuvent remplir telle fonction mieux que d’autres. Cependant, l’ouvrier qui a le doigté et les compétences requis dans un domaine particulier ne devrait pas dénigrer les autres parce qu’ils n’arrivent pas à faire ce qu’il fait, lui, naturellement et sans effort. N’y a-t-il pas d’autres domaines où ses collègues se montrent nettement plus qualifiés que lui? — Lettre 116, 1903; Evangelism, 100. {EMS2 639.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 639.2

Diversité — Dans nos rapports avec nos semblables, manifestons de la sympathie, de l’indulgence et de la maîtrise personnelle. Nous différons les uns des autres; nous avons tous des dispositions, des habitudes, une éducation qui nous sont particulières. Chacun a ses propres opinions. Notre compréhension de la vérité, nos idées sur les problèmes de la vie 640pratique ne

sont pas en tout point les mêmes. Il n’est pas deux personnes dont les expériences soient identiques. Les épreuves de l’une ne sont pas celles de l’autre. Les devoirs qui semblent légers aux uns sont lourds pour d’autres. — Le ministère de la guérison, 417 (1905). {EMS2 639.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 640.1

Différents caractères dans une même famille — Au sein d’une même famille, il y a souvent une diversité de tendances et de caractères, car il entre dans les desseins de Dieu que des personnes de tempéraments divers se retrouvent ensemble. Dans ce cas, chaque membre de la famille devrait tenir le plus grand compte des sentiments des autres et respecter leurs droits. Ainsi, on cultivera la considération et la bienveillance mutuelles, les préjugés seront atténués et les travers de caractère seront arrondis. On peut atteindre l’harmonie, et le mélange des divers tempéraments peut être un bienfait pour chacun. — The Signs of the Times, 9 septembre 1886; Child Guidance, 205. {EMS2 640.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 640.2

Le poids de l’hérédité — La même responsabilité incombe également aux pères de famille. Aussi bien que leurs épouses, ils transmettent leur nature physique et mentale, leur tempérament et leurs penchants à leur postérité. — Patriarches et prophètes, 548 (1890). {EMS2 640.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 640.3

Changer le caractère — Dieu désire que nous nous aidions les uns les autres en nous témoignant de la sympathie et un amour dépourvu d’égoïsme. Certains ont hérité un tempérament et des tendances particuliers. Il est peut-être difficile de s’entendre avec eux; mais sommes-nous irréprochables? Ces gens ne doivent pas être découragés, et on ne doit pas divulguer leurs fautes. Le Christ a compassion de ceux qui se trompent dans leurs jugements et il leur vient en aide. Il a souffert la mort pour chaque homme, et c’est pourquoi il témoigne d’un intérêt touchant et profond pour tout être humain. — Testimonies for the Church 9:222 (1909). {EMS2 640.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 640.4

Une influence bénéfique — “Veillez et priez” est une recommandation qui revient souvent dans les Ecritures. Il y 641aura — dans la vie de ceux qui obéissent à cette recommandation — un courant profond de bonheur dont bénéficieront tous ceux avec lesquels ils entrent en contact. Ceux qui sont d’un naturel revêche, maussade, deviendront aimables et sociables; ceux qui sont orgueilleux deviendront humbles et réservés. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 293 (1913). {EMS2 640.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 641.1

Des habitudes d’ordre et de régularité — Si les jeunes voulaient prendre des habitudes d’ordre et de régularité, ils jouiraient d’une amélioration au point de vue santé, dynamisme, mémoire et dispositions. — The Youth’s Instructor, 28 janvier 1897; Child Guidance, 112. {EMS2 641.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 641.2

Le feu de l’épreuve — Dans sa miséricorde, le Seigneur révèle aux humains leurs défauts cachés. Il voudrait qu’ils examinent sans complaisance les émotions et les motivations compliquées de leurs propres cœurs, qu’ils détectent leurs erreurs, qu’ils modifient leurs penchants et affinent leur comportement. Dieu voudrait que ses serviteurs se familiarisent avec leurs propres cœurs. Pour qu’ils se rendent mieux compte de leur condition, il permet que le feu de l’épreuve les assaille afin qu’ils soient purifiés. — The Review and Herald, 10 avril 1894; My Life Today, 92. {EMS2 641.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 641.3

Une mauvaise disposition entrave l’efficacité de l’enseignant — Celui à qui est confiée la formation de la jeunesse devrait, entre tous, veiller à ne pas donner libre cours à son tempérament triste et anxieux, car cela le priverait de la sympathie de ses élèves, sans laquelle il ne peut leur faire du bien. Nous ne devrions pas obscurcir notre sentier et celui des autres à cause de nos propres inquiétudes. Nous avons un Sauveur à qui nous pouvons aller, et aux oreilles bienveillantes duquel nous pouvons confier toutes nos plaintes. Nous pouvons déposer à ses pieds tous nos soucis, tous nos fardeaux; ainsi, nos efforts nous paraîtront moins pénibles et nos épreuves moins douloureuses. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 233 (1913). {EMS2 641.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 641.4

Savoir allier intégrité et caractère enjoué — La religion de 642Jésus adoucit tout ce qui dans le caractère est rude et grossier; elle affine tout ce qui dans les manières est rude et déplacé. Elle rend le langage aimant et le maintien attrayant. Apprenons du Christ comment on peut allier un sens élevé de la pureté et de l’intégrité à un caractère enjoué. Un chrétien aimable et courtois est l’argument le plus puissant qui puisse être fourni en faveur du christianisme. — Ministère évangélique, 116 (1915). {EMS2 641.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 642.1

Importance du régime alimentaire — Beaucoup de gens corrompent leur tempérament par une mauvaise manière de se nourrir. Nous devrions être tout aussi attentifs à apprendre les leçons de la réforme sanitaire que nous le sommes à perfectionner nos études; car les habitudes que nous adoptons dans ce sens nous aident à former notre caractère pour la vie future. Il est possible à quelqu’un de ruiner son expérience spirituelle en faisant un mauvais usage de son estomac. — Lettre 274, 1908; Conseils sur la Nutrition et les Aliments, 150. {EMS2 642.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 642.2

Nourriture carnée — Dieu n’a pas refusé de donner de la viande aux Hébreux dans le désert pour faire simplement preuve d’autorité, mais parce qu’il voulait leur bien et désirait préserver leurs forces physiques et morales. Il savait que l’usage de la viande renforce les passions animales et affaiblit l’intelligence. Il savait que si les Hébreux avaient la possibilité de satisfaire

leur envie de viande, leurs facultés morales en seraient affaiblies; ils deviendraient irritables et insubordonnés, ils perdraient le sens de leurs obligations morales et refuseraient de se soumettre aux lois de l'Eternel. — The Signs of the Times, 6 janvier 1876; Tempérance, 123. {EMS2 642.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 642.3

Mise en garde contre le sucre — Le sucre n'est pas bon pour l'estomac. Il provoque une fermentation qui obnubile le cerveau et rend l'humeur acariâtre. — Manuscrit 93, 1901; Conseils sur la Nutrition et les Aliments, 389. {EMS2 642.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 642.4

Vertus chrétiennes — Le progrès dans la vie chrétienne se caractérise par une plus grande humilité, comme fruit d'une connaissance accrue. Quiconque est uni au Christ s'éloignera 643de toute iniquité. {EMS2 642.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 643.1

Je vous le dis dans la crainte de Dieu: il m'a été montré qu'un grand nombre d'entre vous se verront refuser la vie éternelle parce que vous bâtissez vos espérances pour le ciel sur un fondement illusoire. Dieu vous abandonne à vous-mêmes, "afin de vous humilier, de vous éprouver, et de connaître ce qu'il y a dans votre cœur". Deutéronome 8:2. Vous avez négligé les Ecritures. Vous méprisez et vous rejetez les témoignages parce qu'ils condamnent vos péchés mignons et perturbent votre suffisance. {EMS2 643.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 643.2

Quand on affectionne réellement le Christ, son image se révèle dans la vie. L'humilité règne là où dominait l'orgueil. La soumission, l'humilité, la patience adoucissent la rugosité d'une nature perverse et les penchants à la colère. L'amour pour Jésus se traduit par l'amour envers son peuple. Cet amour-là n'est ni capricieux ni sporadique, mais calme, profond et fort. {EMS2 643.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 643.3

La vie du chrétien est alors dénuée de toute prétention, libre de toute affectation, de tout artifice et de toute tromperie. Une telle vie est ardente, sincère, sublime. Le Christ s'exprime dans toutes les paroles et dans tous les actes. La vie rayonne grâce à la lumière du Sauveur qui habite dans le cœur. Par sa relation avec Dieu et sa contemplation heureuse des choses d'en haut, l'âme se prépare pour le ciel et travaille à rassembler d'autres âmes dans la bergerie du Christ. Notre Sauveur est capable et désireux de faire pour nous plus que nous ne pouvons demander ou penser. — Testimonies for the Church 5:49, 50 (1882). {EMS2 643.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 643.4

Ce que Dieu peut faire en nous — Quelles que soient vos dispositions, Dieu peut façonner ces dispositions de manière qu'elles soient aimables et semblables à Jésus Christ. Grâce à une foi

vivante, vous pouvez rompre avec tout ce qui n’est pas en accord avec la pensée divine, et introduire un ciel dans votre vie ici-bas. Voulez-vous le faire? — Si oui, vous jouirez d’un bonheur permanent. — Manuscrit 91, 1901. {EMS2 643.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 643.5

Une bénédiction pour les malades — Le Seigneur utilisera 644les dispositions aimables et un caractère avenant pour apporter une bénédiction aux malades. Les vérités de la Parole de Dieu possèdent une puissance sanctifiante, transformatrice. Si elles sont reçues dans le cœur et introduites dans l’existence, elles seront une odeur de vie pour la vie. Que ceux qui sont employés dans nos institutions permettent à la lumière de la vérité de s’exprimer au travers de leurs paroles et de leurs actions de chaque jour. Ainsi seulement, le Christ peut accepter ceux qui travaillent en collaboration avec lui. — Manuscrit 69, 1909; Medical Ministry, 173. {EMS2 643.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 644.1

Le meilleur témoignage — L’harmonie, l’union qui existe parmi les hommes aux dispositions diverses est le plus fort témoignage qui puisse être rendu du fait que Dieu a envoyé son Fils dans le monde pour sauver les pécheurs. C’est à nous qu’il appartient de rendre ce témoignage. Mais pour y arriver, il faut nous placer sous les ordres du Christ. Notre volonté étant soumise à la sienne, nos caractères seront en harmonie avec son caractère. Alors nous marcherons ensemble sans nous heurter. — Témoignages pour l’Église 3:292, 293 (1904). {EMS2 644.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 644.2

Une valeur suprême — De tout ce qui est digne d’être recherché, aimé et cultivé, il n’y a rien qui ait autant de valeur aux yeux de Dieu qu’un cœur pur, reconnaissant, paisible. — Témoignages pour l’Église 1:668 (1881). {EMS2 644.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 644.3

Le caractère n’est pas changé lors de la résurrection — Si vous aspirez à être un saint dans le ciel, vous devez d’abord vous conduire comme un saint sur la terre. Les traits de caractère que vous avez cultivés dans votre vie ne seront pas tranformés par la mort ou par la résurrection. Vous sortirez de la tombe avec les dispositions mêmes que vous avez manifestées dans votre foyer et dans la société. — Lettre 18b, 1891; Foyer chrétien, 16. {EMS2 644.3}

645

Chapitre 68 — Relations sociales

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 645.1

Une branche de l’éducation à développer — La sociabilité chrétienne est vraiment trop peu cultivée par le peuple de Dieu. Cette branche de l’éducation ne devrait pas être négligée ou perdue de vue dans nos écoles. — Témoignages pour l’Église 2:511 (1900). {EMS2 645.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 645.2

Avantages sociaux et talents — Ceux qui ont une nature aimante et généreuse sont tenus d’en faire bénéficier non seulement leurs amis, mais aussi les personnes qui pourraient avoir besoin d’aide. Les avantages d’ordre social sont aussi des talents qui doivent servir au bien de tous ceux qui entrent en contact avec nous. — Les paraboles de Jésus, 307 (1900). {EMS2 645.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 645.3

Pas des atomes indépendants — Il faut apprendre aux élèves qu’ils ne sont pas des atomes indépendants, mais que chacun est un fil qui doit s’unir à d’autres pour composer un tout. Cette instruction ne peut avoir nulle part ailleurs plus de valeur que dans le foyer de l’école. Là, les élèves ont journellement des occasions qui, saisies, peuvent contribuer grandement à l’édification des caractères. Il appartient donc aux 646élèves d’employer leur temps et de tirer parti des circonstances de leur milieu de manière à développer un caractère qui les rendra heureux et utiles. {EMS2 645.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 646.1

Ceux qui se replient sur eux-mêmes, ne voulant pas s’unir aux autres pour leur être utiles, perdent de nombreuses bénédictions, car le contact mutuel affine et polit, et les relations sociales offrent l’occasion de faire des connaissances, de contracter des amitiés, qui créent une atmosphère d’unité et d’amour, agréable aux yeux de Dieu et des habitants du ciel. — Témoignages pour l’Église 2:512 (1900). {EMS2 646.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 646.2

Importance des relations sociales — C’est grâce aux relations sociales que le christianisme entre en contact avec le monde. A tout homme et à toute femme qui a goûté l’amour du Christ et dont le cœur a bénéficié de l’illumination divine, le Seigneur demande de projeter la lumière sur le chemin obscur de ceux qui ignorent la meilleure voie... Il faut tirer parti du pouvoir des relations sociales, sanctifiées par l’Esprit du Christ, afin de gagner des âmes au Sauveur. — Testimonies for the Church 4:555 (1881). {EMS2 646.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 646.3

Cultiver les relations entre chrétiens — Nous perdons beaucoup en négligeant de nous unir à d’autres chrétiens en vue de nous encourager mutuellement au service du Seigneur. Les vérités de la Parole inspirée perdent leur éclat et leur importance. Nos cœurs ne sont plus éclairés et vivifiés par leur influence sanctifiante, et nous déclinons spirituellement. Dans nos rapports entre chrétiens, nous perdons beaucoup par le manque de sympathie les uns envers les autres. Celui qui se renferme en lui-même n’occupe pas la place que le Seigneur lui avait assignée. Le fait de cultiver notre faculté de vivre en société nous porte à sympathiser avec autrui et

contribue à notre développement en vue du service de Dieu. — Le Meilleur Chemin, 99 (1892). {EMS2 646.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 646.4

Le ministère du Christ — sa dimension sociale — Toute la vie du Sauveur se caractérisait par une action de bienfaisance 647désintéressée et par la beauté de la sainteté. Il est notre modèle en matière de bonté. Dès le début de son ministère, les hommes commencèrent à mieux comprendre le caractère de Dieu. Il pratiquait ce qu'il prêchait dans sa propre vie. Il était conséquent avec lui-même sans verser pour autant dans l'obstination; il était bienveillant sans faiblesse; il était compatissant et sensible sans tomber dans le sentimentalisme. Il était profondément sociable, et pourtant il gardait une réserve qui écartait toute familiarité. Sa tempérance ne le conduisit jamais au fanatisme ou à l'austérité. Bien que ne se conformant pas au monde, il était attentif aux besoins du plus humble des hommes. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 262 (1913). {EMS2 646.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 647.1

Respect de la dignité humaine — Il [Jésus] s'asseyait en hôte à la table des publicains. Par sa sympathie et son amabilité en société, il montrait qu'il reconnaissait la dignité humaine. Les hommes aspiraient à mériter sa confiance. Ses paroles descendaient sur leurs cœurs assoiffés avec une puissance vivifiante et bénissante. De nouveaux désirs s'éveillaient. Pour ces parias de la société s'ouvrait la possibilité d'une vie nouvelle. — Le ministère de la guérison, 23 (1905). {EMS2 647.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 647.2

Ne pas renoncer aux relations sociales — Le Christ enseigna à ses disciples comment se comporter en société. Il les instruisit concernant les devoirs et les règles de la vie sociale, qui sont les mêmes que les lois du royaume de Dieu. Par exemple, il leur fit comprendre que, lorsqu'ils assistaient à une réunion, ils ne devaient pas sentir qu'ils n'avaient rien à dire. Quand Jésus participait à un repas de fête, ses propos différaient nettement de ceux qu'on y entendait habituellement. Chaque parole qu'il prononçait était une odeur de vie donnant la vie. Il s'exprimait avec clarté et simplicité. Ses mots étaient comme des pommes d'or sur des ciselures d'argent. Proverbes 25:11. — The Review and Herald, 2 octobre 1900; My Life Today, 190. {EMS2 647.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 647.3

Savoir prendre des initiatives — Tous ceux qui prêchent la Parole, tous ceux qui ont reçu l'Evangile de la grâce, devraient 648suivre l'exemple du Christ: l'exemple qu'il leur a laissé en associant ses intérêts à ceux de l'humanité. Nous ne devons pas renoncer à la vie sociale. Nous ne devons pas nous isoler. Pour atteindre toutes les classes, il faut aller à leur rencontre. La plupart du temps les hommes ne viendront pas, d'eux-mêmes, à nous. Ce n'est pas seulement du haut de la chaire que la vérité divine peut toucher les cœurs. Un autre champ d'activité, quoique plus humble, est plein de promesses: c'est celui qu'offrent le logis du pauvre et le palais du

riche, la table hospitalière et les réunions ayant pour but un divertissement légitime. — Jésus Christ, 136 (1898). {EMS2 647.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 648.1

Ne pas pratiquer l'absentéisme — La perte ressentie lorsque des gens ne viennent pas aux rencontres du peuple de Dieu n'est pas minime. En tant qu'enfants de Dieu, nous devons prendre notre place dans toute assemblée du Seigneur, là où son peuple est censé être présent, et y donner la parole de vie. Tous ont besoin de lumière et de toute l'aide que l'on peut obtenir afin qu'après avoir entendu et reçu les précieux messages du ciel, par l'entremise des agents désignés par Dieu, on soit en mesure de transmettre à d'autres la lumière reçue. — Lettre 117, 1896. {EMS2 648.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 648.2

Le rôle de l'éducation — L'éducation donnée à la jeunesse influera sur la société qui est désaxée et qui a besoin de passer par une transformation. Beaucoup pensent que de meilleurs moyens d'éducation, plus d'adresse et de plus récentes méthodes mettraient les choses au point. Ils prétendent croire aux divins oracles et les accepter, et pourtant ils accordent à la Parole de Dieu une place de deuxième ordre dans leur système pédagogique. Ce qui devrait avoir la priorité est subordonné aux directives humaines. — Témoignages pour l'Église 2:494 (1900). {EMS2 648.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 648.3

Influence sociale du foyer*

Voir vol. 1, chapitre 20: "L'atmosphère du foyer".

— La mission confiée au foyer 649chrétien s'étend bien au-delà du cercle familial. Un tel foyer doit être une véritable leçon de choses pour tous ceux qui l'entourent, illustrant l'excellence des vrais principes. Supérieure en puissance aux plus beaux sermons sera l'influence exercée par son moyen sur les cœurs. Les jeunes gens et les jeunes filles qui en sortent répandent autour d'eux les enseignements qu'ils y ont reçus. Des principes élevés sont ainsi introduits dans d'autres familles et une influence ennoblissante opère au sein de la société. — Le ministère de la guérison, 298 (1905). {EMS2 648.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 649.1

Des facteurs puissants — L'amabilité et la sociabilité chrétiennes sont des facteurs puissants pour gagner les affections de la jeunesse. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 208 (17 septembre 1902). {EMS2 649.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 649.2

Un édifice chancelant — Déjà la doctrine selon laquelle l'homme est dispensé d'obéir aux commandements de Dieu a oblitéré le sentiment de l'obligation morale et déclenché sur le monde un déluge d'iniquités. L'anarchie, la dissipation, le dérèglement déferlent sur nous

comme un raz de marée dévastateur. Satan est à l'œuvre dans la famille. Sa bannière flotte jusque sur les foyers soi-disant chrétiens. On y trouve l'envie, la suspicion, l'hypocrisie, l'éloignement, les inimitiés, les querelles, la trahison des affections, la sensualité. Tout le système des principes religieux, qui devrait servir de base et de cadre à l'édifice social, ressemble à une masse chancelante, prête à s'effondrer. — La tragédie des siècles, 634, 635 (1888). {EMS2 649.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 649.3

Des lois propres à sauvegarder l'égalité sociale — Le Seigneur désirait aussi élever une barrière contre l'amour insatiable des richesses et combattre le fléau qui résulte de l'accroissement continuel de la fortune chez certaines classes de la société, tandis que chez d'autres la misère s'aggrave. En effet, sans frein, la puissance des riches aboutit au monopole et les pauvres, tout aussi estimables aux yeux du Seigneur, sont considérés et traités par leurs frères plus favorisés comme une race inférieure. {EMS2 649.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 649.4

Cette oppression suscite des sentiments de colère et de 650haine chez les indigents, en proie au découragement et au désespoir, et se traduisent par des conflits meurtriers, désorganisateurs et destructeurs de l'ordre civil. Or les lois établies par Dieu en Israël avaient pour but de préserver l'égalité sociale; l'année sabbatique et le jubilé avaient pour but de rétablir et de reconstituer ce qui, dans l'intervalle, s'était désaxé dans l'économie sociale et politique de la nation. — Patriarches et prophètes, 521, 522 (1890). {EMS2 649.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 650.1

Un moyen de mettre le caractère à l'épreuve — Il n'entrait pas dans les desseins de Dieu que la pauvreté disparaisse un jour de la terre. Les classes de la société ne devaient jamais être uniformisées, car la diversité des conditions qui caractérisent l'humanité est un des moyens par lesquels le Seigneur entendait mettre le caractère à l'épreuve et le développer. {EMS2 650.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 650.2

Nombreux sont ceux qui ont défendu avec vigueur l'idée que tous les hommes devaient participer équitablement aux bénédictions temporelles de Dieu, mais tel n'était pas le plan du Créateur. Le Christ a dit que nous aurions toujours des pauvres avec nous. Les pauvres comme les riches ont été rachetés par son sang. Or, dans la plupart des cas, parmi ceux qui se disent ses disciples, les premiers le servent d'un cœur sincère, tandis que les seconds s'attachent à leurs richesses terrestres et oublient le Christ. Les soucis de la vie et l'avidité des richesses éclipsent la gloire du monde éternel. Ce serait pour l'humanité le pire des malheurs si tous étaient placés sur un pied d'égalité en ce qui concerne les biens d'ici-bas. — Testimonies for the Church 4:551, 552 (1881). {EMS2 650.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 650.3

L’esprit de caste éliminé — La religion du Christ élève le chrétien à un niveau supérieur de pensée et d’action, tandis qu’elle lui présente toute la race humaine comme l’objet de l’amour de Dieu puisqu’il l’a acquise par le sacrifice de son Fils. Aux pieds de Jésus, le riche et le pauvre, le savant et l’ignorant se rencontrent, sans souci de caste et de prééminence mondaine. Toutes les distinctions sont oubliées lorsque nous levons les yeux vers celui dont nos péchés ont percé les 651mains et les pieds. {EMS2 650.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 651.1

Le renoncement, la condescendance, l’infinie compassion de celui qui était souverainement élevé dans le ciel couvrent de honte l’orgueil humain, la vanité et les préjugés sociaux. La religion pure et sans tache manifeste ses principes d’origine céleste en amenant à l’unité tous ceux qui sont sanctifiés par la vérité. Chaque chrétien voit en son frère une âme que le Christ a payée de son sang et ensemble ils sentent qu’ils dépendent de la même façon de celui qui les a rachetés pour Dieu. — Ministère évangélique, 324 (1915). {EMS2 651.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 651.2

Un remède aux maux de la société — C’est aux richesses spirituelles dont il fit profiter ses sujets que le règne de Josaphat dut sa prospérité. L’obéissance à la loi divine est, en effet, d’une grande efficacité. Lorsqu’on se conforme à ses exigences, une transformation merveilleuse s’opère qui procure la paix aux hommes de bonne volonté. Si les enseignements de la Parole de Dieu dirigeaient la vie de tout homme et de toute femme, si leur esprit et leur cœur étaient contrôlés par sa puissance bienfaisante, les maux qui affectent le bien national et la vie sociale disparaîtraient. De chaque foyer se dégagerait une influence qui fortifierait les individus dans leur vie spirituelle et morale, de sorte que les nations seraient dans les meilleures conditions possible. — Prophètes et rois, 144 (1917). {EMS2 651.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 651.3

La sociabilité, source de bonheur — Aux Israélites qui demeuraient à une très grande distance du tabernacle, l’assistance à ces assemblées annuelles [la fête des tabernacles] prenait plus d’un mois chaque année. Cet exemple de zèle pour la cause de Dieu devrait augmenter à nos yeux l’importance du culte public et la nécessité de subordonner nos intérêts personnels et terrestres aux choses spirituelles et éternelles. {EMS2 651.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 651.4

Négliger le privilège de nous affermir dans la foi et nous encourager mutuellement dans le service de Dieu, c’est subir une grande perte. Les vérités de la Parole inspirée perdent à nos yeux leur importance et leur éclat. Nos cœurs cessent 652d’être éclairés et réchauffés par les effluves sanctifiantes d’en haut, et notre vie spirituelle s’étiole. Les chrétiens en général se privent de bien des joies par leur manque de sympathie. Celui qui se replie sur lui-même ne remplit pas le rôle que Dieu lui a confié. Enfants d’un même Père, nous dépendons les uns des autres. Dieu et l’humanité ont des droits sur nous. Lorsque nous cultivons soigneusement la

sociabilité de notre nature, nous apprenons à sympathiser avec nos frères et à trouver notre bonheur à leur faire du bien. — Patriarches et prophètes, 529 (1890). {EMS2 651.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 652.1

Les critères humains ne sont pas l'étalon — J'insiste constamment sur le besoin pour tout homme de faire de son mieux en tant que chrétien, de se former lui-même pour réaliser la croissance, le développement de l'esprit et la noblesse du caractère qui sont à la portée de tous. Dans tout ce que nous faisons, nous devons garder les uns avec les autres une relation empreinte de l'esprit du Christ. Nous devons utiliser toutes nos forces spirituelles pour exécuter des plans judicieux grâce à une action vigoureuse. Les dons de Dieu doivent être employés pour le salut des âmes. Nos relations mutuelles ne doivent pas être motivées par des critères humains mais par l'amour divin, celui qui s'est exprimé par le don de Dieu à notre monde. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 256 (1913). {EMS2 652.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 652.2

Un objectif: le salut des âmes — D'une manière toute spéciale, ceux qui ont goûté l'amour du Christ devraient développer leurs facultés sociales, ce qui leur permettrait de gagner des âmes à leur Sauveur. Le Christ ne doit pas être tenu caché dans leurs cœurs, comme un trésor secret, jalousement gardé pour soi, ou manifesté à ceux qui leur plaisent. {EMS2 652.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 652.3

Les élèves doivent être éduqués de telle sorte qu'ils manifestent l'idéal du Christ envers ceux qui en ont le plus besoin, même s'ils ne sont pas leurs compagnons favoris. En tous temps et en tous lieux, Jésus manifestait un intérêt compatissant à l'égard de la famille humaine et la lumière d'une piété joyeuse émanait de sa personne. Nos élèves doivent apprendre à marcher sur ses traces, à manifester le même intérêt altruiste, 653la même sympathie, le même amour pour leurs camarades, le même désir d'amener des âmes au Sauveur. Le Christ devrait être dans leur cœur comme une source d'eau jaillissant jusque dans la vie éternelle, rafraîchissant tous ceux qui viennent s'y abreuver. — Témoignages pour l'Église 2:512 (1900). {EMS2 652.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 653.1

Nous devrions tous devenir des témoins de Jésus. Les influences sociales, sanctifiées par la grâce du Christ, doivent servir à gagner des âmes au Sauveur. Montrons au monde que nous ne sommes pas absorbés égoïstement par nos propres intérêts, que nous désirons que d'autres partagent nos bénédictions et nos privilèges. Qu'ils voient que notre religion ne nous rend pas durs et autoritaires. Tous ceux qui affirment avoir trouvé le Christ doivent servir comme lui de manière à être utiles aux hommes. — Jésus Christ, 136 (1898). {EMS2 653.1}

654

Chapitre 69 — Sentiments de frustration

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 654.1

Exagérer les difficultés apparentes — Nombreux sont ceux qui exagèrent les difficultés apparentes, qui se prennent en pitié et se laissent aller au découragement. Ils ont besoin de passer par un changement complet et de se discipliner pour faire des efforts de manière à surmonter leurs sentiments puérils. Ils doivent comprendre que la vie ne saurait se passer à des vétilles... Chacun doit avoir un but, un objectif dans l'existence. Les reins de l'esprit doivent être ceints et les pensées habituées à être orientées, comme la boussole est dirigée vers le pôle. L'esprit doit être dirigé dans la bonne direction, d'après des plans judicieux. Ainsi, chaque pas franchi le sera dans la direction qui convient... Le succès ou l'échec dans cette vie dépendent en grande partie de la manière dont les pensées sont maîtrisées. — The Review and Herald, 6 avril 1886. {EMS2 654.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 654.2

Ne pas verser dans le désespoir — Nul ne doit se laisser aller au découragement et au désespoir. Satan, toujours implacable, peut venir à vous avec cette insinuation: "Ton cas est désespéré; tu ne peux être sauvé." Mais en Christ tout est possible. 655Le Seigneur ne nous demande pas de vaincre par nos propres forces; il nous invite à nous tenir tout près de lui. Quelles que soient les difficultés qui nous assaillent, écrasantes pour l'âme et le corps, il est prêt à nous en libérer. — Le ministère de la guérison, 214 (1905). {EMS2 654.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 655.1

Un travers à éviter — Ne vous apitoyez pas sur votre propre sort. Ne pensez pas que vous n'êtes pas estimés à votre juste valeur, que votre travail n'est pas apprécié ou qu'il est trop difficile. Si vous songez à tout ce qu'a enduré le Christ, vous ne serez plus disposés à murmurer. Ne sommes-nous pas tous bien mieux traités qu'il ne le fut lui-même? — Le ministère de la guérison, 411 (1905). {EMS2 655.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 655.2

Se prendre en pitié est tout à fait nuisible pour le caractère de ceux qui s'y laissent aller, et cela exerce une influence qui gâche le bonheur des autres. — Manuscrit 27, 1902; Medical Ministry, 177. {EMS2 655.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 655.3

La force du chrétien — Celui qui aime Dieu s'élève au-dessus de la brume du doute; il acquiert une expérience lumineuse, large, profonde, vivante; il devient humble comme le Christ. Son âme est consacrée à Dieu, cachée avec le Christ en Dieu. Un tel chrétien sera capable d'affronter les abandons, les injures et le mépris, parce que Jésus a souffert tout cela. Il ne deviendra ni agité ni découragé quand il est confronté à des difficultés, parce que Jésus n'a pas

failli et ne s'est pas découragé. Tout vrai chrétien sera fort, non à cause de ses mérites et de ses bonnes œuvres, mais par la justice du Christ, qui lui est imputée par la foi. C'est une grande chose d'être doux et humble de cœur, d'être pur et sans tache, comme l'était le Prince du ciel lorsqu'il marchait au milieu des humains. — The Review and Herald, 3 décembre 1889; The S.D.A. Bible Commentary 7:907. {EMS2 655.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 655.4

Surmonter l'épreuve — C'est l'amour du "moi" qui détruit notre paix. Aussi longtemps que ce moi est vivant, nous le défendons contre la mortification et l'insulte. Mais lorsque nous sommes morts et que notre vie est cachée avec le Christ en Dieu, nous ne prenons plus à cœur les manques d'égards ou d'estime. Nous devenons sourds et aveugles aux brimades, 656aux moqueries et aux insultes. — Heureux ceux qui, 22. {EMS2 655.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 656.1

Les fruits du désœuvrement — Le découragement est souvent le fruit du désœuvrement. Les mains et l'esprit devraient être occupés à une activité utile, pour alléger les fardeaux des autres, et ceux qui le font en tireront profit pour eux-mêmes. L'oisiveté fournit l'occasion de ressasser des soucis imaginaires, et fréquemment, ceux qui n'ont pas de vrais problèmes et de réelles épreuves les anticipent. — The Signs of the Times, 23 octobre 1884; Counsels on Health, 629. {EMS2 656.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 656.2

Message d'encouragement adressé à un jeune orphelin — Oh! que ce monde est froid et égoïste! Les membres de votre famille qui auraient dû vous aimer et vous soutenir en souvenir de vos parents si ce n'est pour vous-même se sont enfermés dans leur égoïsme et se sont désintéressés de vous. Mais Dieu sera plus proche de vous et plus tendre à votre égard que votre famille d'ici-bas. Il sera votre ami et ne vous abandonnera jamais. Le Seigneur est un père pour ceux qui n'en ont pas. Son affection sera pour vous une douce paix et vous aidera à supporter ce grand chagrin avec courage. {EMS2 656.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 656.3

Efforcez-vous de faire de Dieu votre père, et vous ne serez jamais privé d'un ami. Vous serez confronté à des épreuves, mais restez ferme et appliquez-vous à fortifier votre foi. Vous aurez besoin de la grâce pour rester debout, mais le regard miséricordieux du Seigneur est sur vous. Priez beaucoup et avec ferveur, et croyez que Dieu vous viendra en aide. Gardez-vous de l'irritabilité, des mouvements d'humeur et de la provocation. La patience est une vertu que vous avez besoin de cultiver. Recherchez la piété du cœur. Soyez un chrétien conséquent. Ayez l'amour de la pureté et une humble simplicité, et que votre vie en soit imprégnée. — Testimonies for the Church 2:314 (1869). {EMS2 656.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 656.4

Contre le sentiment de solitude — Si vous prenez Jésus pour votre Compagnon, comme votre éternel Ami, vous ne serez jamais seul et vous n'aurez jamais le sentiment d'être seul. — Lettre 4, 1885. {EMS2 656.4}

657

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 657.1

Attention à la négligence — Une âme peut être détruite non seulement par la résistance, mais aussi par la négligence. — Jésus Christ, 313, 314 (1898). {EMS2 657.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 657.2

Usons de bienveillance mutuelle — Nous devons nous supporter les uns les autres, nous souvenant de nos propres défaillances. Ayez pitié des uns, de ceux qui doutent: sauvez-les en les arrachant au feu. Jude 1:22, 23. Tous ne peuvent être soumis à la même discipline sévère. Tous ne peuvent épouser le point de vue des autres concernant leurs devoirs. Place doit être laissée à différents tempéraments et à différentes mentalités. Dieu sait comment agir envers nous. Mais j'ai été écœurée de la manière dont un frère traitait un autre frère, de l'inclination à vouloir piéger les autres par ses paroles et à incriminer un homme pour un mot... {EMS2 657.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 657.3

Il est temps que tous prennent l'œuvre en main, que l'on cesse de mesurer les torts d'autrui, que chacun sonde son propre cœur, qu'il confesse ses propres lacunes et que ses frères soient laissés avec leur Seigneur. Il appartient à chacun de répondre pour ses propres fautes; tandis qu'il cherche à arracher minutieusement les mauvaises herbes du jardin de ses frères, l'ivraie grandit et prolifère dans le sien. Que chacun veille à protéger son âme, à cultiver dans son foyer un esprit joyeux, serein, bienveillant, et tout ira bien. — Lettre 12, 1863. {EMS2 657.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 657.4

Nous ne raisonnons pas tous de la même manière — Il faut être chaleureux pour s'occuper des esprits. Souvenons-nous de ceci: nous sommes souvent tentés de critiquer un homme qui assume de hautes responsabilités parce qu'il n'agit pas de la manière dont nous pensons qu'il le devrait. Mais celui qui porte de telles responsabilités n'a pas besoin des critiques de ses collaborateurs; au contraire, il a besoin de leurs encouragements, de leur compréhension, de leur patience et de leurs prières. Il a besoin de la présence constante du Christ, car il ne dispose pas toujours des conseils d'hommes sages et objectifs. {EMS2 657.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 657.5

Au milieu des multiples soucis et des nombreux appels à 658l'aide, il risque de commettre des erreurs. Parmi les nombreux appels qui lui sont adressés, il se peut que votre cas paraisse oublié. Souvenez-vous alors des lourds fardeaux qui reposent sur celui qui, croyez-vous, a manqué à ses devoirs. Souvenez-vous qu'il lui est peut-être impossible de satisfaire votre requête, et que ce serait peut-être même une grave erreur. — Lettre 169, 1904. {EMS2 657.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 658.1

Le Seigneur soutient ses messagers — Le Seigneur voudrait que tout esprit humain à son service s'abstienne de toute accusation sévère et de toute injure. Il nous est prescrit de nous conduire avec sagesse envers ceux du dehors. Colossiens 4:5. Laissez à Dieu le soin de condamner et de juger. Le Christ nous adresse cette invitation: "Venez à moi, vous tous qui êtes fatigués et chargés, et je vous donnerai du repos. Prenez mon joug sur vous et recevez mes instructions, car je suis doux et humble de cœur, et vous trouverez du repos pour vos âmes. Car mon joug est aisé, et mon fardeau léger." Matthieu 11:28, 29. {EMS2 658.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 658.2

Quiconque répond à cette invitation se mettra sous le joug du Christ. Nous devons en tout temps et en tous lieux manifester la douceur et l'humilité de Jésus. Alors le Seigneur se tiendra aux côtés de ses messagers et fera d'eux ses porte-parole, et celui qui est pour Dieu un porte-parole ne tiendra jamais des propos que la Majesté du ciel n'aurait pas prononcés en contestant avec le diable. — Lettre 38, 1894. {EMS2 658.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 658.3

Conseils adressés à un responsable — Ne ressassez pas vos sentiments de frustration. Laissez-les de côté. Quand vous vous engagez dans la voie de la critique et des paroles acerbes, vous devenez de plus en plus dur et vous êtes de plus en plus porté à condamner. Ne vous engagez pas sur cette pente. Ne cédez pas un pouce de terrain à l'ennemi. — Lettre 169, 1902. {EMS2 658.3}

659

Chapitre 70 — La critique négative

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 659.1

Les conséquences de la critique — Nos corps sont faits de ce que nous mangeons et buvons, et la valeur de notre expérience spirituelle dépend de ce dont nos esprits se nourrissent et de ce qu'ils assimilent. En s'appesantissant continuellement sur les erreurs et les défauts des autres, nombreux sont ceux qui deviennent des dyspeptiques au sens spirituel du terme. {EMS2 659.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 659.2

Le Seigneur nous adresse cette exhortation: "Que tout ce qui est vrai, tout ce qui est honorable, tout ce qui est juste, tout ce qui est pur, tout ce qui est aimable, tout ce qui mérite l'approbation, ce qui est vertueux et digne de louange, soit l'objet de vos pensées." Philippiens 4:8. Mais ceux qui s'efforcent de disséquer les paroles et les actes des autres pour y découvrir tout ce qui est critiquable ne peuvent pas discerner les choses bonnes et agréables. Ils ne prennent pas une

nourriture apte à favoriser la vitalité spirituelle et une saine croissance. — Manuscrit 4a, 1893. {EMS2 659.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 659.3

Amour et respect mutuels — Si nous donnons la première 660place dans nos souvenirs aux injustices et aux actions peu aimables dont nous avons été victimes de la part de nos semblables, il nous sera impossible de les aimer comme Jésus Christ nous a aimés. Mais si nos pensées s'arrêtent sur l'amour merveilleux et sur la compassion de Jésus à notre égard, notre attitude envers les autres sera différente. Nous devons nous aimer et nous respecter mutuellement, malgré les fautes et les imperfections qu'il est impossible de ne pas voir. C'est en cultivant l'humilité et en se méfiant du "moi" que sera extirpé tout égoïsme étroit et que nous deviendrons magnanimes et généreux. — Le Meilleur Chemin, 118, 119 (1892). {EMS2 659.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 660.1

Un monde irréel et imaginaire — Vous pouvez bâtir dans votre esprit un monde irréel et imaginer une Eglise idéale où les tentations de Satan n'inciteront plus à faire le mal, mais la perfection existe seulement dans votre imagination. Notre monde est un monde déchu, et l'Eglise est illustrée par un champ dans lequel croissent l'ivraie et le blé. Ces derniers doivent croître ensemble jusqu'à la moisson. Il ne nous appartient pas d'arracher l'ivraie, à la lumière de la sagesse humaine, de peur que, sous l'inspiration de Satan, le blé ne soit lui-même arraché parce qu'on l'aurait pris pour de l'ivraie. La sagesse d'en haut sera donnée à celui qui est doux et humble de cœur, et cette sagesse ne le conduira pas à détruire mais à édifier le peuple de Dieu. — Lettre 63, 1893. {EMS2 660.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 660.2

Rétablir et guérir — Nous devons regarder les fautes des autres non pour les condamner, mais pour les guérir. Veillez et priez, allez de l'avant et vers le haut, vous pénétrant de plus en plus de l'esprit de Jésus et le répandant le long des eaux. — Lettre 89, 1894; Our High Calling, 185. {EMS2 660.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 660.3

Satan incite à la critique — Le "moi" a toujours une haute estime de lui-même. Lorsque les hommes perdent leur premier amour, ils ne gardent pas les commandements de Dieu et commencent à se critiquer les uns les autres. Cet état d'esprit visera constamment à dominer jusqu'à la fin des 661Temps. Satan s'efforce de développer ce comportement afin que dans leur ignorance les frères cherchent à s'entre-déchirer. Dieu n'en est pas glorifié, mais il en est grandement déshonoré, et son Esprit est attristé. {EMS2 660.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 661.1

Satan exulte car il sait que s'il peut inciter les frères à s'épier les uns les autres dans l'église et dans le ministère, certains finiront par être démoralisés et découragés au point d'abandonner leur poste. Ce n'est pas l'œuvre du Saint Esprit; une puissance d'en bas agit dans l'esprit et dans

l’âme pour introduire ses attributs [diaboliques] là où devraient régner les attributs du Christ. — The General Conference Bulletin, 25 février 1895. {EMS2 661.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 661.2

Pourquoi l’Eglise est faible — Plusieurs de ceux qui prétendent se rallier à Jésus Christ ne font, en réalité, que s’en écarter. C’est la raison pour laquelle l’Eglise est si faible. Beaucoup se laissent aller facilement à la critique et à la censure. En exprimant la suspicion, la jalousie et le mécontentement, ils deviennent eux-mêmes les agents de Satan... Ainsi donc, la frivolité, le laisser-aller et l’indifférence des prétendus chrétiens détournent bien des êtres du sentier de la vie. — Les paraboles de Jésus, 295, 296 (1900). {EMS2 661.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 661.3

Une puissance illimitée — Le Seigneur sait que si nous regardons à l’homme, si nous nous confions en l’homme, nous nous appuyons sur un bras de chair. Dieu sollicite notre confiance. Sa puissance est illimitée. Pensez au Seigneur Jésus, à ses mérites et à son amour; n’essayez pas de détecter les défauts des autres et ne vous appesantissez pas sur leurs faiblesses. Gardez à la pensée les choses que vous jugez dignes d’être appréciées et approuvées; si vous avez un esprit pénétrant lorsqu’il s’agit de discerner les erreurs des autres, soyez encore plus prompt à reconnaître en eux ce qu’il y a de bon et à en faire l’éloge. Si vous vous examinez vous-même, vous risquez de découvrir des choses tout aussi critiquables que celles que vous voyez chez les autres. Efforçons-nous donc sans cesse de nous fortifier les uns les autres dans la très sainte foi. — Manuscrit 151, 1898. {EMS2 661.3}

662

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 662.1

Travers à éviter — Que nul n’essaie de masquer ses propres péchés en dévoilant les erreurs de quelqu’un d’autre. Dieu ne nous a pas confié une telle tâche. Laissons nos semblables humilier leurs propres cœurs, afin qu’ils viennent à la lumière de la connaissance de Dieu. — Manuscrit 56, 1904. {EMS2 662.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 662.2

Refréner l’irritabilité — Ceux qui se critiquent et se condamnent les uns les autres transgressent les commandements de Dieu et offensent Dieu. Ils n’aiment ni le Seigneur ni leurs semblables. Frères et sœurs, balayons les ordures de la critique, de la suspicion et des plaintes, et ne nous montrons pas irritables. Certains sont tellement susceptibles qu’on ne peut pas leur faire entendre raison. Soyez sensibles quand il s’agit de savoir ce que signifie l’observation ou la violation de la loi. C’est sur ces points-là que Dieu veut que nous soyons sensibles. — The General Conference Bulletin, 1 avril 1903; The S.D.A. Bible Commentary 7:937. {EMS2 662.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 662.3

Ne confondons pas orgueil et sensibilité — Vous êtes prêt à vous justifier sous prétexte que vous êtes sensible, que vous ressentez intensément les choses, que vous souffrez beaucoup. Mais j'ai vu que cela ne vous excuse pas aux yeux de Dieu. Vous confondez sensibilité et orgueil. Votre "moi" domine. Quand il sera crucifié, cette sensibilité ou cet orgueil mourra. Jusque-là, vous ne serez pas un chrétien. {EMS2 662.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 662.4

Etre chrétien c'est être comme le Christ, c'est posséder l'humilité, la douceur et un esprit calme qui supporte la contradiction sans devenir pour autant fou furieux. Si le rideau trompeur qui vous entoure pouvait être ôté pour que vous vous voyiez comme Dieu vous voit, vous ne chercheriez plus à justifier votre "moi", mais vous vous écrouleriez aux pieds du Christ, le seul qui a le pouvoir d'effacer les travers de votre caractère, et de vous apporter son soutien. — Testimonies for the Church 2:573 (1870). {EMS2 662.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 662.5

Nécessité d'une introspection — Si, aujourd'hui, tous ceux qui se disent chrétiens, au lieu de parler des défauts des autres, s'examinaient pour voir ce qui, en eux-mêmes, a besoin d'être corrigé, l'état de l'Eglise serait meilleur. {EMS2 662.5}

663

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 663.1

Certains sont honnêtes si cela ne coûte rien; mais si la dissimulation rapporte davantage, ils oublient l'honnêteté. Or l'honnêteté et la dissimulation ne vont pas de pair. Elles ne peuvent s'accorder car elles n'ont rien de commun. L'une est le vrai prophète de Dieu, l'autre celui de Baal. Avec le temps, ou la dissimulation sera expulsée et la vérité et l'honnêteté régneront en maîtresses, ou, si l'on cultive la dissimulation, l'honnêteté sera oubliée. Quand le Seigneur fera le compte de ses enfants, ceux qui sont francs, sincères, honnêtes seront considérés avec satisfaction. Des anges leur préparent des couronnes, et sur ces couronnes constellées de joyaux se reflétera avec splendeur la lumière que le trône de Dieu irradie. — Témoignages pour l'Église 2:23, 24 (1882). {EMS2 663.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 663.2

Une racine d'amertume — Quand vous pensez du mal de vos semblables et que vous vous critiquez les uns les autres, quand vous permettez à la racine de l'amertume de se développer et que vous la caressez, votre influence vous sépare du Christ; les cœurs se durcissent et résistent au doux esprit de l'unité et de la paix. Rejetez donc tout cela sans délai. "Voici mon commandement, dit Jésus: Aimez-vous les uns les autres, comme je vous ai aimés." Jean 15:12. — Lettre 33, 1890. {EMS2 663.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 663.3

Prendre Dieu au mot — Souvenez-vous que la foi consiste à prendre Dieu au mot. Le Fils de Dieu vous prépare une place dans les demeures d'en haut. Soyez-lui reconnaissant pour cela. Ne croyez pas que si vous ne vous sentez pas constamment exalté vous n'êtes pas pour autant son enfant. Remplissez avec humilité et empressement la tâche qu'il vous a confiée. Profitez de toutes les occasions pour accomplir une œuvre qui fera de vous une bénédiction pour ceux qui vous entourent. Soyez déterminé à faire votre part afin que la place où vous êtes soit celle que Dieu peut approuver et bénir. — Lettre 246, 1908. {EMS2 663.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 663.4

L'assurance d'être accepté — Grâce à la bonté et à la miséricorde du Christ, le pécheur est réintégré dans la faveur 664divine. Jour après jour Dieu en Christ supplie les hommes d'être réconciliés avec lui. Il est prêt à faire bon accueil non seulement au pécheur, mais aussi à l'enfant prodigue. L'amour manifesté par sa mort sur le Calvaire assure au pécheur réception, paix et amour. Enseignez ces choses de la manière la plus simple, afin que l'âme enténébrée par le péché puisse entrevoir la lumière émanant de la croix du Calvaire. — Lettre 15a, 1890; Messages choisis 1:209, 210. {EMS2 663.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 664.1

"Je vous donnerai du repos" — Le Seigneur m'a donné un message pour vous, mais aussi pour d'autres âmes fidèles qui sont troublées par des doutes et des craintes concernant leur acceptation par le Seigneur Jésus Christ. Il vous adresse cette parole: "Sois sans crainte, car je t'ai racheté, je t'ai appelé par ton nom: Tu es à moi!" Ésaïe 43:1. Puisque vous désirez plaire au Seigneur, vous pouvez le faire en croyant à ses promesses. Il est disposé à vous faire entrer dans le hâvre d'une expérience de grâce, et il vous dit: "Arrêtez, et reconnaissez que je suis Dieu." Psaumes 46:11. Vous avez connu une période d'agitation, mais Jésus vous dit: "Venez à moi..., et je vous donnerai du repos." Matthieu 11:28. La joie du Christ dans l'âme est d'une valeur sans pareille. "Ils sont heureux" parce qu'ils ont le privilège de reposer dans les bras de l'éternel amour. — Lettre 2, 1913; Testimonies to Ministers and Gospel Workers, 516. {EMS2 664.1}

665

Chapitre 71 — Le bonheur

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 665.1

Mise en œuvre de toutes les capacités — La mise en œuvre de toutes les capacités du corps et de l'esprit produit le bonheur; plus ces capacités sont élevées et raffinées, plus la joie est pure et sans mélange. — The Review and Herald, 29 juillet 1884; Counsels on Health, 51. {EMS2 665.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 665.2

Bonheur et santé — Il existe un lien si étroit entre la santé et notre bonheur que nous ne saurions avoir le second sans la première. Une connaissance pratique de la science de la vie humaine est nécessaire si nous voulons glorifier Dieu dans notre corps. C'est pourquoi il est de la plus haute importance que parmi les sujets d'étude destinés aux enfants, la physiologie tienne la première place. Rares sont ceux qui connaissent la structure et les fonctions de leur propre corps et les lois de la nature. Nombreux sont ceux qui, faute de connaissances, vont ainsi à la dérive sans boussole ni ancre; bien plus, ils n'ont nulle envie d'apprendre comment garder leur corps en bonne santé et comment se préserver des maladies. — The Health Reformer, août 1866; Counsels on Health, 38. {EMS2 665.2}

666

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 666.1

Une loi d'origine divine — Notre bonheur est proportionné à nos œuvres accomplies avec désintéressement, motivées par l'amour divin, car dans le plan de la rédemption, Dieu a établi la loi de l'action et de la réaction. — The Signs of the Times, 25 novembre 1886; Welfare Ministry, 302. {EMS2 666.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 666.2

Faire le bien stimule les nerfs — Tout rayon de lumière répandu sur nos semblables se réfléchira sur nos propres cœurs. Chaque parole de bonté et de sympathie adressée à ceux qui sont dans la peine, toute action visant à soulager les opprimés, et tout don destiné à pourvoir aux besoins de nos semblables pour la seule gloire de Dieu retomberont en bénédictions sur le bienfaiteur. Ceux qui agissent ainsi obéissent à une loi du ciel et bénéficieront de l'approbation divine. La satisfaction éprouvée en faisant du bien à autrui communique à notre sensibilité une chaleur qui se diffuse à travers le système nerveux, active la circulation du sang et favorise l'hygiène mentale et physique. — Testimonies for the Church 4:56 (1876). {EMS2 666.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 666.3

Chacun possède la source de son propre bonheur — Une vie en Christ est une vie de quiétude. L'agitation, le mécontentement, l'inquiétude révèlent l'absence du Sauveur. Si le Christ vit en vous, votre vie sera remplie d'actions bonnes et nobles pour le Maître. Vous oublierez de vous servir vous-mêmes, et vous vous unirez de plus en plus étroitement à ce cher Sauveur; votre caractère deviendra semblable au sien, et tous ceux qui vous entourent verront que vous avez été avec Jésus et formés à son école. {EMS2 666.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 666.4

Chacun possède en lui-même la source de son propre bonheur ou de son malheur. Si nous le voulons, nous pouvons nous élever au-dessus des sentiments terre à terre qui sont le lot d'un grand nombre de gens; mais tant que nous sommes infatués de nous-mêmes, le Seigneur ne peut rien faire pour nous. Satan nous présentera des projets ambitieux pour nous éblouir, mais nous devons toujours avoir devant les yeux "le prix de la vocation céleste de Dieu en Jésus Christ".

Philippiens 3:14. Accumulez toutes les bonnes œuvres qu'il vous 667est possible de faire durant cette vie. "Ceux qui auront été intelligents brilleront comme la splendeur du ciel, et ceux qui auront enseigné la justice à la multitude brilleront comme les étoiles, à toujours et à perpétuité." Daniel 12:3. — Témoignages pour l'Église 2:224, 225 (1889). {EMS2 666.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 667.1

Une aspiration profonde — La Bible offre à nos regards les insondables richesses et les trésors éternels du ciel. La plus profonde aspiration de l'homme l'incite à rechercher son propre bonheur; la Bible approuve ce désir et nous montre que le ciel tout entier s'unira à l'homme dans ses efforts pour atteindre le vrai bonheur. Elle nous fait connaître les conditions auxquelles la paix du Christ est accordée aux humains. Elle nous parle d'une demeure de bonheur éternel et de joie où il n'y aura ni larmes ni besoin insatisfait. — Lettre 28, 1888; My Life Today, 160. {EMS2 667.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 667.2

Une gratitude permanente — S'il est quelqu'un qui devrait être continuellement reconnaissant, c'est bien le disciple du Christ. S'il est quelqu'un qui jouit d'un réel bonheur, même dans cette vie, c'est bien le chrétien fidèle. — Lettre 18, 1859; Our High Calling, 201. {EMS2 667.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 667.3

Nous devrions être les gens les plus heureux de la terre, et nous ne devrions pas nous excuser devant le monde d'être chrétiens. — Manuscrit 17, 1893. {EMS2 667.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 667.4

Promesses indéfectibles — Voici Jésus, la vie de toute grâce, de toute promesse, de toute ordonnance, de toute bénédiction, Jésus, substance, gloire et parfum, la vie elle-même. "Celui qui me suit ne marchera pas dans les ténèbres, mais il aura la lumière de la vie." Jean 8:12. Le sentier royal tracé pour le racheté n'est pas enveloppé de désespérantes ténèbres. Il est vrai que notre pèlerinage serait solitaire et pénible en l'absence de Jésus. "Je ne vous laisserai pas orphelins" (Jean 14:18), a-t-il dit. Recueillons donc toute promesse écrite. Répétons-la de jour et méditons-la de nuit, et vivons heureux. — Lettre 7, 1892; Messages choisis 2:280. {EMS2 667.4}

668

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 668.1

Notre mot d'ordre — Jésus désire que vous soyez heureux, mais vous ne pouvez pas l'être si par ailleurs vous agissez à votre guise et si vous suivez les impulsions de votre cœur... Nos idées, nos traits de caractère sont entièrement humains, et nous ne devons pas leur donner libre cours. Le "moi" doit être crucifié, non pas de temps à autre, mais chaque jour, et le physique, le mental et le spirituel doivent être soumis à la volonté de Dieu. La gloire de Dieu, la perfection

du caractère chrétien doivent être le but, l'objectif de notre vie. Les disciples du Christ doivent l'imiter sur le plan du caractère... Votre mot d'ordre doit être *Comme le Christ* — non pas comme votre père ou votre mère, mais comme Jésus Christ; vous devez être cachés en lui, revêtus de sa justice, pénétrés de son esprit. — Lettre 25, 1882; Our High Calling, 29. {EMS2 668.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 668.2

Un bonheur fragile — Le bonheur qu'on recherche par égoïsme, en dehors du sentier du devoir, est chancelant, intermittent et transitoire; il passe, ne nous laissant que solitude et regret. Mais le service de Dieu procure paix et joie. Le chrétien n'est pas abandonné dans des sentiers incertains, il n'est pas livré à de vains regrets et aux désappointements. Si nous ne jouissons pas des plaisirs de cette vie, nous pouvons être heureux malgré tout en regardant à celle qui est à venir. — Le Meilleur Chemin, 122 (1892). {EMS2 668.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 668.3

Bonheur et paix du cœur — La cause profonde de la ruine de beaucoup de foyers réside dans le désir des apparences. Hommes et femmes font tout pour paraître plus riches que leurs voisins. Mais même lorsqu'ils réussissent dans leurs efforts désespérés, ils ne sont pas réellement heureux. Le vrai bonheur vient d'un cœur en paix avec Dieu. — Manuscrit 99, 1902; The S.D.A. Bible Commentary 7:941, 942. {EMS2 668.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 668.4

Le pouvoir de l'amour — D'après le monde, l'argent équivaut à la puissance; mais du point de vue chrétien, c'est l'amour qui est une puissance; la force intellectuelle et spirituelle est contenue dans ce principe. L'amour au sens noble 669du terme a notamment le pouvoir de faire le bien, et il ne peut rien faire d'autre. Il préserve de la discorde et de la détresse, et procure le vrai bonheur. La richesse est souvent une influence qui corrompt et détruit; la force est capable de faire du mal; mais la vérité et la bonté sont le propre du véritable amour. — Testimonies for the Church 4:138 (1876). {EMS2 668.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 669.1

Une règle d'or — "Tout ce que vous voulez que les hommes fassent pour vous, vous aussi, faites-le de même pour eux." Matthieu 7:12. Le Sauveur a enseigné ce principe non pour rendre les humains malheureux, mais pour les rendre heureux; car aucun autre moyen ne saurait procurer le bonheur. Dieu désire que les hommes et les femmes vivent la vie supérieure. Il leur accorde la vie comme un bienfait, non pas seulement pour qu'ils acquièrent des richesses, mais pour qu'ils développent leurs facultés élevées en accomplissant la tâche qu'il a confiée aux hommes: celle qui consiste à s'enquérir des besoins de leurs semblables et à y répondre. L'homme ne devrait pas travailler envers ses propres intérêts égoïstes, mais pour le bien de tous ceux qui l'entourent, répandant sur eux ses bienfaits par son influence et ses actes de bonté. Ce plan de Dieu a été manifesté dans la vie du Christ. — Manuscrit 132, 1902; My Life Today, 165. {EMS2 669.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 669.2

L'action engendre le bonheur — Quelle que soit la position que nous occupons et si limitées que soient nos capacités, nous avons une œuvre à accomplir pour le Maître. Nos vertus se développent et arrivent à maturité par l'exercice. Lorsque l'âme est enflammée par la vérité de Dieu, nous ne pouvons pas rester inactifs. La joie que nous éprouverons en agissant nous récompensera dès à présent de tous nos efforts. Ceux-là seuls qui ont éprouvé la joie résultant d'un effort d'abnégation au service du Christ peuvent en parler en connaissance de cause. Il s'agit d'une joie si pure, si profonde qu'aucun langage ne saurait l'exprimer. — Lettre 9, 1873; Our High Calling, 186. {EMS2 669.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 669.3

Trouver sa joie dans celle des autres — Le Christ fait de 670son Eglise un temple magnifique pour Dieu. "Là où deux ou trois sont assemblés en mon nom, je suis au milieu d'eux." Matthieu 18:20. Son Eglise est le parvis de la vie sainte; elle est pleine de dons variés et revêtue de l'Esprit Saint. Le ciel assigne une tâche particulière à chaque membre de l'Eglise sur la terre, et tous doivent puiser leur joie dans la joie de ceux à qui ils viennent en aide et auxquels ils font du bien. — The Signs of the Times, 1 mars 1910; Our High Calling, 164. {EMS2 669.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 670.1

Un effet bienfaisant — Si l'esprit est libre et joyeux, à cause du sentiment que l'on fait le bien et de la satisfaction que l'on éprouve à rendre les autres heureux, cela crée une joie qui réagit sur tout l'organisme, qui favorise la circulation du sang et fortifie tout le corps. La bénédiction de Dieu est un pouvoir de guérison, et ceux qui font aux autres du bien en abondance feront l'expérience de cette merveilleuse bénédiction dans leur cœur et dans leur vie. — Christian Temperance and Bible Hygiene, 13 (1890); My Life Today, 150. {EMS2 670.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 670.2

Ceux qui suivent le sentier de la sagesse et de la sainteté ne seront pas troublés par de vains regrets au sujet d'heures mal employées, et ils n'éprouveront ni tristesse ni angoisse comme le font certains, à moins qu'ils ne se livrent à des distractions frivoles et futiles. — The Health Reformer, mars 1872; My Life Today, 150. {EMS2 670.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 670.3

Le bonheur à la portée — Le monde est plein d'esprits insatisfaits qui ne se rendent pas compte des joies et des bienfaits qui sont à leur portée, plein de gens qui sont sans cesse à la recherche de joies et de satisfactions qu'ils n'éprouvent pas. Ils aspirent toujours à quelque bienfait espéré et lointain plus grand que celui qu'ils possèdent et sont toujours en proie aux déceptions. Ils cultivent l'incrédulité et l'ingratitude parce qu'ils n'aperçoivent pas les bénédictions qui sont là, présentes sur leur chemin. Ils sont mécontents des bénédictions ordinaires et quotidiennes de la vie, comme les enfants d'Israël l'étaient à l'égard de la manne. — Testimonies for the Church 2:640 (1871). {EMS2 670.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 670.4

Les amusements ne sont pas sans risques — Les amusements excitent l'esprit, mais il en résulte inévitablement un 671abattement. Un travail utile et un exercice physique auront un effet plus bénéfique sur l'esprit et fortifieront les muscles, activeront la circulation et contriburont beaucoup au rétablissement de la santé. — The Health Reformer, mars 1872; My Life Today, 150. {EMS2 670.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 671.1

Chercher le bonheur là où il n'est pas (message adressé à un jeune homme) — Voici un an, nous avons travaillé en votre faveur. J'ai vu à quels dangers vous êtes exposé, et nous étions désireux de vous sauver; mais nous avons constaté que vous n'aviez pas la force de tenir les résolutions qui avaient été prises. Cette question me préoccupe... Tandis que je me trouvais à Battle Creek au mois de juin, j'ai vu que vous n'aviez fait aucun progrès parce que vous n'avez pas laissé une bonne marque sur votre passage. La religion ne vous satisfait pas. Vous vous êtes écarté de Dieu et de la justice. Vous avez recherché le bonheur là où il n'est pas — dans des plaisirs défendus — et vous n'avez pas le courage moral de confesser et d'abandonner vos péchés afin d'obtenir miséricorde. — Testimonies for the Church 2:291 (1869). {EMS2 671.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 671.2

Ne pas donner libre cours aux penchants du cœur naturel — De quel bien voudrait-il nous priver? Il [Jésus Christ] voudrait nous priver du privilège qui consiste à abandonner les passions naturelles du cœur charnel. Nous ne saurions nous mettre en colère quand bon nous semble et bénéficier d'une conscience nette et de l'approbation de Dieu. Sommes-nous disposés à y renoncer? La satisfaction des passions basses nous rend-t-elle plus heureux? C'est le contraire qui est vrai, et c'est pourquoi des restrictions nous sont imposées dans ce domaine. {EMS2 671.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 671.3

Le fait de nous mettre en colère et de cultiver un mauvais caractère n'augmentera pas notre bonheur. Suivre les penchants de notre cœur naturel ne nous rendra pas heureux. Serons-nous rendus meilleurs en leur donnant libre cours? Nullement; cela va jeter une ombre dans nos familles et un voile sur notre bonheur. S'abandonner aux désirs naturels ne fera que nuire à la constitution et détruire l'organisme. C'est 672pourquoi Dieu veut que nous modérions nos désirs, que nous maîtrisions nos passions et que nous tenions les rênes de l'homme tout entier. Et il a promis de nous donner la force voulue si nous nous engageons dans cette voie. — Testimonies for the Church 2:590, 591 (1871). {EMS2 671.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 672.1

Un élixir de longue vie — Le courage, l'espérance, la foi, la sympathie, l'affection favorisent la santé et prolongent la vie. Un esprit content et heureux contribue à la santé du corps et à la

force de l’âme. “Un cœur joyeux est un bon remède.” Proverbes 17:22. — Le ministère de la guérison, 207 (1905). {EMS2 672.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 672.2

Une personne dont l’esprit est calme et satisfait en Dieu est sur la voie de la santé. — The Review and Herald, 11 mars 1880; My Life Today, 150. {EMS2 672.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 672.3

Répercussions de l’obéissnce sur l’organisme — La santé, la vie et le bonheur sont le résultat de l’obéissance aux lois physiques qui régissent nos corps. Si notre volonté et nos voies sont en harmonie avec la volonté de Dieu et avec ses voies; si nous faisons le bon plaisir de notre Créateur, il gardera notre organisme en bonne santé et rétablira nos capacités morales, mentales et physiques afin qu’il puisse se servir de nous pour sa gloire. Son pouvoir de guérison se manifeste sans cesse dans notre corps. Si nous coopérons avec lui dans son œuvre, il en résultera la santé et la joie, la paix et la capacité d’agir. — Manuscrit 151, 1901; The S.D.A. Bible Commentary 1:1118. {EMS2 672.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 672.4

La guérison des invalides — Que les invalides fassent quelque chose [d’utile] au lieu d’occuper leur esprit à de simples jeux, ce qui les rabaisse à leurs propres yeux et les porte à croire que leur vie est inutile. Il faut garder le pouvoir de la volonté en éveil, car lorsqu’elle est stimulée et convenablement dirigée, la volonté est un puissant calmant pour les nerfs. Lorsqu’on les occupe, les invalides sont beaucoup plus heureux et leur guérison en est facilitée. — Testimonies for the Church 1:557 (1867). {EMS2 672.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 672.5

Bienfaits d’une vie en milieu rural (conseil adressé à une mère) — Il est vrai qu’à la campagne, vous ne seriez pas 673entièrement à l’abri des difficultés et des soucis; mais vous vous épargneriez bien des maux et vous fermeriez la porte à de multiples tentations qui risquent de submerger l’esprit de vos enfants. Ceux-ci ont besoin d’occupation et de variété. La monotonie de leur maison les rend mal à l’aise et agités; ils ont pris l’habitude de se mêler aux mauvais garçons de la ville, et ils ont ainsi acquis une éducation médiocre... {EMS2 672.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 673.1

Vivre en milieu rural leur serait très bénéfique; une vie active, en plein air, favoriserait la santé de l’esprit et du corps. Ils devraient disposer d’un jardin à cultiver, où ils prendraient du plaisir et où ils pourraient s’occuper utilement. La culture des plantes et des fleurs favorise le développement du goût et du discernement. De plus, le fait de se familiariser avec les œuvres utiles et merveilleuses de Dieu exerce une influence qui affine et ennoblit l’esprit, parce qu’elles les associent au Créateur et Maître de toutes choses. — Testimonies for the Church 4:136 (1876). {EMS2 673.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 673.2

Chercher à faire prévaloir "nos droits" — Ceux que nous aimons peuvent parler ou agir inconsidérément et nous blesser profondément. Ce n'était pas leur intention de le faire, mais Satan grossit à nos yeux la portée de leurs paroles et de leurs actes: c'est une flèche de son carquois qui a réussi à nous transpercer. Nous nous raidissons pour résister à celui qui nous a blessés, pensons-nous, et par là même nous donnons prise aux tentations de l'ennemi. {EMS2 673.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 673.3

Au lieu de prier Dieu pour lui demander la force de nous opposer victorieusement à l'adversaire, nous souffrons que notre bonheur soit terni en affirmant ce que nous appelons "nos droits". Nous accordons ainsi à Satan double avantage. Nous extériorisons nos sentiments blessés et Satan se sert de nous pour blesser et décourager ceux qui n'avaient pas l'intention de nous faire de la peine. {EMS2 673.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 673.4

Les exigences du mari peuvent parfois ne pas sembler raisonnables à la femme. Mais si avec calme et bonne foi elle revoyait la question en essayant de se mettre à sa place, elle s'apercevrait qu'en abandonnant son point de vue et en adoptant le sien, même s'il était contraire à ses propres sentiments, 674cela leur épargnerait bien des tristesses et les délivrerait des tentations de Satan. — Témoignages pour l'Église 1:119, 120 (1862). {EMS2 673.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 674.1

Dieu enlève les obstacles au bonheur — Dieu recherche notre vrai bonheur. Si quelque chose y fait obstacle, il veille à ce que cet obstacle soit ôté. Il déjouera nos plans, il décevra nos espoirs et nous fera passer par des désappointements et des épreuves pour nous révéler ce que nous sommes... Le péché est la cause de tous nos malheurs. Si nous voulons jouir de la vraie paix et de la joie intérieure, le péché doit être éliminé. — Lettre 29, 1879; Our High Calling, 81. {EMS2 674.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 674.2

Malheureux dans le royaume de Dieu — Si ceux qui ont passé leur vie dans la révolte contre Dieu pouvaient être soudain transportés là où, dans une atmosphère de sainteté, toutes les âmes débordent d'amour et où tous les visages rayonnent de joie, s'ils entendaient les accords sublimes de la musique céleste et y contemplaient les flots de lumière qui, émanant de la face de Dieu, enveloppent les élus, pourraient-ils se joindre aux phalanges célestes et supporter l'éclat de la gloire de Dieu et de l'agneau? Certainement pas. Des années de grâce leur ont été accordées pour se préparer à entrer dans le séjour de la félicité, mais ils ne se sont jamais appliqués à aimer la pureté et à parler le langage du ciel. Maintenant, il est trop tard. {EMS2 674.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 674.3

Une vie de rébellion contre Dieu les a disqualifiés pour le royaume. La pureté, la sainteté et la paix qui y règnent les mettraient à la torture; la gloire de Dieu serait pour eux un feu consumant. Ils ne demanderaient qu'à s'enfuir de ce saint lieu. Ils appelleraient sur eux la destruction pour échapper à la présence de celui qui les a rachetés. La destinée des injustes résulte de leur choix; de la part de Dieu, elle est un acte de justice et de miséricorde. — La tragédie des siècles, 590, 591 (1888). {EMS2 674.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 674.4

La perspective d'une vie joyeuse — Ayons tous confiance en Dieu. Frayez-vous un chemin à travers l'obscurité dans laquelle Satan plonge votre route, et saisissez le bras de Jésus, 675le Puissant. Confiez-lui votre cause. Que votre prière soit: "Seigneur, je t'adresse ma requête. Je me confie en toi, et je sollicite la bénédiction que tu jugeras utile de m'accorder pour mon présent, pour mon avenir et pour mon bien-être éternel." Et quand vous vous relevez, croyez! Lorsque l'ennemi vient avec ses ténèbres, chantez et parlez avec foi, et vous verrez que vos chants et vos paroles vous ont porté vers la lumière. {EMS2 674.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 675.1

"Réjouissez-vous toujours dans le Seigneur; je le répète, réjouissez-vous." Philippiens 4:4. Ceux qui le font ont une vie joyeuse. Rien de désagréable n'émane de leurs lèvres ou de l'atmosphère qui entoure leur âme, car ils ne croient pas être meilleurs que les autres. Cachez-vous en Jésus Christ; alors, la vérité de Dieu vous qualifiera sans cesse en vue de l'avenir, de la vie éternelle. Quand vous faites confiance au Tout-Puissant, votre expérience n'est pas empruntée; elle est votre propre expérience. — Manuscrit 91, 1901. {EMS2 675.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 675.2

Une joie grandissante — Quand nous entrons dans le repos de Jésus, le ciel commence ici-bas. Il nous invite: Venez, apprenez de moi; nous répondons, et pour nous commence la vie éternelle. S'approcher constamment de Dieu par le Christ, c'est le ciel. Et plus nous demeurons dans ce bonheur céleste, plus nous voyons la gloire s'ouvrir devant nous; plus nous apprenons à connaître Dieu, plus intense est notre bonheur. Aussi longtemps que nous marchons avec Jésus, nous sommes comblés par son amour, rassasiés par sa présence. {EMS2 675.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 675.3

Nous pouvons obtenir ici même tout ce que notre nature est capable de recevoir. Mais qu'est-ce que ceci en comparaison de l'au-delà? Là "ils sont devant le trône de Dieu et lui rendent un culte jour et nuit dans son temple. Celui qui est assis sur le trône dressera sa tente sur eux; ils n'auront plus faim, ils n'auront plus soif, et le soleil ne les frappera plus, ni aucune chaleur. Car l'Agneau qui est au milieu du trône les fera paître et les conduira aux sources des eaux de la vie, et Dieu essuiera toute larme de leurs yeux." — Jésus Christ, 323 (1898). {EMS2 675.3}

Section 14 — Les pensées et leur influence

Chapitre 72 — Habitudes de pensée

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 679.1

Influence des pensées sur le caractère — Un homme “est tel que sont les pensées de son âme.” Proverbes 23:7. Un grand nombre de pensées constituent l’histoire inédite d’une journée; ces pensées contribuent en grande partie à la formation du caractère. Nos pensées doivent être surveillées avec soin; car il suffit d’une pensée impure pour laisser une impression profonde sur l’âme. Toute mauvaise pensée laisse sa vilaine empreinte sur l’esprit. Une personne est meilleure pour avoir cultivé des pensées pures et saintes. Le pouls spirituel en est accéléré; on devient capable de mieux faire. Et tout comme une goutte de pluie prépare le chemin à une autre en humectant le sol, de même une bonne pensée prépare la voie à une autre. — The Youth’s Instructor, 17 janvier 1901; Message à la jeunesse, 142. {EMS2 679.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 679.2

Chacun a le choix — Chacun doit décider de ce qui occupera ses pensées et façonnera son caractère. — Education, 142, 143 (1903). {EMS2 679.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 679.3

Discipliner les pensées — Vous seul pouvez maîtriser vos pensées. Dans la lutte pour atteindre l’idéal le plus élevé, le 680succès ou l’échec dépendent beaucoup du caractère et de la manière dont les pensées sont disciplinées. Si les pensées sont suffisamment tenues en bride, elles seront chaque jour comme Dieu les dirige; elles seront fixées sur des sujets qui nous aideront à une plus grande piété. Si les pensées sont correctes, les paroles seront correctes; les actions seront de nature à procurer joie, soulagement et repos aux âmes. — Lettre 33, 1886; Our High Calling, 112. {EMS2 679.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 680.1

Les pensées doivent être éduquées — Ceignez les reins de l’esprit pour qu’il puisse agir dans la bonne direction et d’après des plans bien établis; ainsi, chaque pas franchi est un pas en avant, et aucun effort et aucun temps ne sont perdus à suivre des idées imprécises et des plans faits au hasard. Nous devons prendre en compte le but de la vie et garder à l’esprit des objectifs valables. Chaque jour les pensées doivent être maîtrisées et maintenues dans la bonne direction comme la boussole est orientée au nord. Chacun doit avoir ses propres objectifs, et faire en sorte que toutes les pensées et tous les actes visent à les atteindre. Les pensées doivent être contrôlées. Il doit y avoir une fermeté d’objectif pour réaliser ce que vous entreprenez. — Lettre 33, 1886; Our High Calling, 112. {EMS2 680.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 680.2

Guider les pensées — La vraie discipline de vie est faite de petites choses. L’éducation des pensées est essentielle. — Manuscrit 76, 1900. {EMS2 680.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 680.3

L'éducation du cœur, la maîtrise des pensées, en coopération avec le Saint Esprit, permettront de contrôler les paroles. En cela réside la vraie sagesse, et le résultat sera la sérénité, la satisfaction et la paix. On éprouvera de la joie à contempler les richesses de la grâce de Dieu. — Lettre 10, 1894. {EMS2 680.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 680.4

Les bonnes pensées ne viennent pas naturellement — Il y a devant chacun de nous une œuvre sérieuse à accomplir. Les bonnes pensées, les objectifs purs et saints ne nous sont pas naturels. Nous devons faire des efforts pour les réaliser. — The Review and Herald, 28 novembre 1899. {EMS2 680.4}

681

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 681.1

Pensées captives — Lorsque la vie est soumise à son contrôle, le pouvoir de la vérité est sans limite. Les pensées sont amenées captives à Jésus Christ. Du trésor du cœur sont puisées des paroles appropriées. Nous devons veiller attentivement à nos paroles. S'adressant à Timothée, Paul déclare: "Retiens dans la foi et dans l'amour qui est en Christ-Jésus, le modèle des saines paroles que tu as reçues de moi. Garde le bon dépôt par le Saint Esprit qui habite en nous." 2 Timothée 1:13, 14. — Manuscrit 130, 1897. {EMS2 681.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 681.2

Les pensées sont le reflet du cœur — Les jeunes doivent commencer de bonne heure à cultiver des habitudes de pensée correctes. Nous devons obliger l'esprit à emprunter des voies saines et ne pas lui permettre de s'attarder sur des choses répréhensibles. Le psalmiste s'écrie: "Reçois favorablement les paroles de ma bouche et la méditation de mon cœur en ta présence, ô Eternel, mon rocher et mon rédempteur!" Psaumes 19:14. {EMS2 681.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 681.3

Tandis que Dieu agit sur son cœur par le Saint Esprit, l'homme doit coopérer avec lui. Les pensées doivent être tenues en bride, maîtrisées, pour éviter qu'elles se dispersent et s'attardent à des choses qui ne feront qu'affaiblir et que souiller l'âme. Les pensées et les méditations du cœur doivent être pures, si l'on veut que les paroles de la bouche soient agréées du ciel et utiles à ceux avec lesquels nous sommes en contact. {EMS2 681.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 681.4

Le Christ a dit aux pharisiens: "Races de vipères, comment pourriez-vous dire de bonnes choses, mauvais comme vous l'êtes? Car c'est de l'abondance du cœur que la bouche parle. L'homme bon tire du bien de son bon trésor, et l'homme mauvais tire du mal de son mauvais trésor." Matthieu 12:34, 35. — The Review and Herald, 12 juin 1888. {EMS2 681.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 681.5

Le mal à l'état latent — La période de tentation qui précède un péché grave ne le crée pas; elle ne fait que révéler le mal qui était à l'état latent au fond de son cœur. L'homme "est tel que sont les pensées de son âme". Car c'est du cœur que 682"viennent les sources de la vie". Proverbes 23:7; 4:23. — Heureux ceux qui, 53. {EMS2 681.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 682.1

L'obligation de contrôler les pensées — Dans le sermon sur la montagne, le Christ a fait connaître à ses disciples les principes profonds de la loi de Dieu. Il a enseigné à ses auditeurs que la loi est transgressée en pensée avant que le désir mauvais ne se traduise en acte. Obligation nous est faite de maîtriser nos pensées et de les soumettre à la loi de Dieu. Les nobles capacités de l'esprit nous ont été données par le Seigneur afin que nous les utilisions pour contempler les choses célestes. Le Très-Haut a pourvu amplement à ce que l'âme puisse progresser sans cesse dans la vie divine. De toutes parts il a mis à notre disposition des moyens pour nous aider à progresser dans la connaissance et dans la vertu. — The Review and Herald, 12 juin 1888. {EMS2 682.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 682.2

Quand l'esprit humain est livré à lui-même — Si on le laisse suivre ses mauvais penchants, l'esprit naturel et égoïste agira sans s'appuyer sur des motivations élevées, sans rechercher la gloire de Dieu ou le bien du genre humain. Les pensées seront mauvaises, uniquement et continuellement mauvaises... L'Esprit de Dieu engendre une vie nouvelle dans l'âme, amenant les pensées et les désirs à l'obéissance du Christ. — The Review and Herald, 12 juin 1888; Our High Calling, 113. {EMS2 682.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 682.3

L'adversaire ne peut pas lire les pensées — Il n'est pas donné à l'adversaire des âmes de lire les pensées des hommes; mais il est un observateur pénétrant; il remarque les paroles, il prend note des actes; avec habileté, il adapte ses tentations aux divers cas de ceux qui se prêtent à son action. Si nous nous efforcions de réprimer nos pensées et nos sentiments coupables, nous abstenant de les exprimer par la parole ou par l'action, Satan serait défait, incapable de préparer une tentation appropriée au cas particulier. Mais combien souvent des chrétiens de profession, par leur manque de maîtrise, ouvrent la porte à l'adversaire des âmes! 683— The Review and Herald, 22 mars 1887; Messages choisis 1:143. {EMS2 682.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 683.1

Beaucoup sont tourmentés par de mauvaises pensées — Nombreux sont ceux qui sont réellement troublés parce que des pensées dégradantes leur viennent à l'esprit et qu'il n'est pas facile de les en chasser. Satan dispose ses mauvais anges autour de nous, et bien qu'ils ne puissent pas lire les pensées des humains, ils observent attentivement leurs paroles et leurs actes. L'adversaire tire profit des défauts de caractère qui sont ainsi révélés, et il introduit ses

tentations par leurs côtés faibles. Il fait de dangereuses suggestions et inspire des pensées mondaines, sachant qu'il peut de cette façon entraîner l'âme sur la voie de la condamnation et de l'esclavage. A ceux qui sont égoïstes, mondains, cupides, orgueilleux, critiqueurs... — à tous ceux qui cultivent des faiblesses et des travers de caractère — Satan présente la satisfaction du "moi" et les entraîne sur un chemin que la Bible condamne, mais qu'il montre sous un jour attrayant. {EMS2 683.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 683.2

Il existe un remède à tous les genres de tentations. Nous ne sommes pas livrés à nous-mêmes et abandonnés à nos propres forces pour mener le combat contre le "moi" et contre notre nature pervertie. Jésus est un secours puissant, un soutien infaillible... L'esprit doit être tenu en bride et il ne faut pas le laisser vagabonder. Il doit apprendre à méditer sur les Ecritures et sur des sujets nobles et élevés. Des portions de la Bible, voire des chapitres entiers doivent être mémorisés, afin qu'ils soient cités lorsque Satan surgit avec ses tentations... Lorsque le malin veut inciter l'esprit à s'attarder sur des choses terrestres et sensuelles, on peut lui résister efficacement avec un "Il est écrit". — The Review and Herald, 8 avril 1884. {EMS2 683.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 683.3

La seule sécurité — Nous avons constamment besoin de comprendre le pouvoir ennoblissant des pensées pures et l'influence néfaste des mauvaises pensées. Fixons nos pensées sur les choses saintes. Qu'elles soient pures et droites, car la seule sécurité pour l'âme réside dans une juste manière de penser. Nous devons employer tous les moyens que Dieu a 684mis à notre disposition pour diriger et cultiver nos pensées. Nous devons mettre notre esprit en harmonie avec son esprit. Sa vérité nous sanctifiera, corps, âme et esprit. — Lettre 123, 1904. {EMS2 683.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 684.1

S'attarder sur des frivolités — Nous devrions faire des efforts pour que nos esprits soient en mesure de recevoir les influences du Saint Esprit. Mais ceux qui permettent à leurs pensées de se porter sans cesse sur des sujets futiles ne sauraient bénéficier d'un surcroît de lumière. L'esprit devrait être meublé de richesses célestes, de nourriture qui nous permettra de grandir spirituellement et de nous préparer ainsi en vue de la sainteté du ciel. — Manuscrit 51, 1912; Our High Calling, 284. {EMS2 684.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 684.2

L'occasion d'élever nos pensées — Dieu a amplement pourvu à ce que nos pensées soient purifiées, élevées, affinées et ennoblies. Il n'a pas seulement promis de nous purifier de toute iniquité, mais il a mis à notre disposition la mesure de grâce qui élèvera nos pensées vers lui et nous permettra d'apprécier sa sainteté. Nous pouvons comprendre que nous appartenons au Sauveur et que nous devons refléter son caractère devant le monde. Préparés par la grâce céleste, nous sommes revêtus de la justice du Christ, de l'habit de noces, dignes de prendre part au festin nuptial. Ainsi, nous devenons un avec le Christ, participants de la nature divine,

purifiés, affinés, ennoblis, reconnus comme enfants de Dieu, héritiers de Dieu et cohéritiers de Jésus Christ. — The Youth's Instructor, 28 octobre 1897. {EMS2 684.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 684.3

Eloignez-vous du terrain de Satan (message adressé à une famille repliée sur elle-même) — Vous devriez vous écarter du sentier ensorcellé de Satan et ne pas permettre que votre esprit se détourne de sa fidélité à Dieu. Par le Christ vous pouvez et vous devriez être heureux et acquérir des habitudes de maîtrise de soi. Vos pensées elles-mêmes doivent être soumises à la volonté divine et vos sentiments doivent être placés sous le contrôle de la raison et de la religion. Votre imagination ne vous a pas été donnée pour qu'elle se déchaîne 685et qu'elle agisse à sa guise sans que vous fassiez aucun effort pour la réprimer et la discipliner. {EMS2 684.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 685.1

Si les pensées sont mauvaises, les sentiments le seront aussi; or, le mélange des pensées et des sentiments constituent le caractère. Si vous estimez qu'en tant que chrétiens il ne vous est pas demandé de refréner vos pensées et vos sentiments, vous êtes sous l'influence des mauvais anges dont vous appelez la présence et la domination. Si vous vous laissez aller à vos impressions et si vous permettez à vos pensées de verser dans la suspicion, le doute et le mécontentement, vous serez parmi les plus malheureux des mortels, et vos vies se solderont par un échec. — Testimonies for the Church 5:310 (1885). {EMS2 685.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 685.2

Message destiné à une jeune femme — Vous devriez maîtriser vos pensées. Ce ne sera pas chose facile, et vous ne pourrez y parvenir sans des efforts suivis et sérieux. Mais Dieu vous le demande, et c'est là un devoir qui incombe à tout être responsable. Or, vous êtes responsable envers Dieu de vos pensées. Si vous vous laissez aller à de vaines rêveries, si vous permettez à votre esprit de se complaire dans des pensées impures, vous êtes, dans une certaine mesure, aussi coupable devant Dieu que si vos pensées se traduisaient en actes. Seul le manque d'occasion empêche de passer à l'acte. {EMS2 685.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 685.3

Jour et nuit, les rêveries et le fait de se bâtir des châteaux en Espagne sont choses mauvaises; ce sont des habitudes extrêmement dangereuses. Une fois que ces habitudes sont ancrées, il est presque impossible de s'en défaire et d'orienter les pensées sur des sujets purs, saints et élevés. Si vous voulez maîtriser votre esprit et empêcher que des pensées corrompues ne souillent votre âme, il vous faudra veiller attentivement sur vos yeux, vos oreilles et tous vos sens. Seule la puissance de la grâce peut accomplir cette œuvre de la plus haute importance. Vous êtes faible dans ce domaine. — Testimonies for the Church 2:561 (1870). {EMS2 685.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 685.4

Remplacer le mal par le bien — Les parents peuvent, s'ils le veulent, faire en sorte que l'esprit de leurs enfants soit ou 686non rempli de pensées et de sentiments purs et saints; mais leurs goûts doivent être formés et éduqués avec le plus grand soin. Les parents doivent commencer dès que possible à faire connaître les Ecritures à l'esprit en plein épanouissement de leurs enfants afin que des habitudes et des goûts convenables s'y développent... Les mauvais éléments ne peuvent être éliminés que grâce à l'introduction d'une nourriture apte à produire une pensée pure et forte. — The Review and Herald, 9 novembre 1886; Our High Calling, 202. {EMS2 685.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 686.1

Eviter les pensées négatives — Comme nous ne nous appartenons pas à nous-mêmes, puisque nous avons été rachetés à un grand prix, le devoir de celui qui se dit chrétien consiste à garder ses pensées sous le contrôle de la raison et de s'appliquer à être calme et joyeux. Si vives que soient ses contrariétés, il devrait faire preuve d'un esprit de sérénité en Dieu. Pour l'âme accablée, combien précieuse, combien bénéfique, combien douce est la quiétude qui est dans le Christ Jésus! Si sombres que soient ses perspectives, que le croyant cultive la confiance dans le bien. Non seulement le découragement n'apporte rien, mais il fait perdre beaucoup. Non seulement la bonne humeur, le calme et la sérénité rendront les autres heureux et en bonne santé, mais encore ils seront un grand bienfait pour soi-même. La tristesse et le fait de parler de choses désagréables contribuent à engendrer des scènes regrettables, produisant sur soi une mauvaise réaction en retour. Le Seigneur veut que nous tirions un trait sur tout cela, et que nous cessions de regarder en bas, mais en haut, toujours plus haut! — Lettre 1, 1883. {EMS2 686.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 686.2

Danger de s'attarder aux choses d'ici-bas — Si vos pensées, vos plans, vos objectifs sont tous orientés vers l'acquisition des choses de la terre, vos préoccupations, vos intérêts seront centrés uniquement sur le monde. Dès lors, les attraits célestes perdront leur éclat... Votre cœur sera là où réside votre trésor... Vous ne disposerez plus de temps pour étudier les Ecritures et pour prier avec ferveur afin d'échapper aux 687pièges de Satan. — The Review and Herald, 1 septembre 1910; Our High Calling, 200. {EMS2 686.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 687.1

Changer ses habitudes de pensée — Quand pendant longtemps on a permis à l'esprit de s'appesantir uniquement sur les choses d'ici-bas, il est difficile de changer cette habitude. Ce que l'œil voit et ce que l'oreille entend attire trop souvent l'attention et absorbe l'intérêt. Mais si nous voulons entrer dans la cité de Dieu et voir Jésus dans sa gloire, il faut nous habituer à l'y contempler par l'œil de la foi. Les paroles et le caractère du Christ doivent être fréquemment l'objet de nos pensées et de nos conversations, et chaque jour nous devrions réserver du temps pour méditer dans un esprit de prière sur ces thèmes sacrés. — The Review and Herald, 3 mai 1881; The Sanctified Life, 91, 92. {EMS2 687.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 687.2

Un niveau supérieur de pensée — L'homme s'est révolté contre Dieu, et depuis lors il a cherché à s'assurer le bonheur en agissant à sa guise. Mais chaque fois qu'il a essayé d'occuper son esprit par autre chose que Dieu, il a été déçu. Il doit exister pour vous un niveau de pensée et d'étude très supérieur, des objectifs plus élevés que ceux que vous avez cherché à atteindre dans le passé. Seul le Seigneur Jésus Christ peut réparer les désordres et les imperfections résultant des paroles des hommes et de leurs travers de caractère. C'est donc lui, Jésus, qui doit être l'objet de votre contemplation et le sujet de vos conversations. Si vous voulez comprendre le grand plan de la rédemption, il vous faut accéder à un niveau très supérieur de pensée et d'action. — Manuscrit 13, 1897. {EMS2 687.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 687.3

Sentiments et pensées renforcées — Une loi naturelle veut que les sentiments et les pensées se renforcent en les exprimant. Mais si les mots suivent les pensées, il est vrai aussi qu'ils les font naître. — Le ministère de la guérison, 216, 217 (1905). {EMS2 687.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 687.4

Plénitude — Une vie chrétienne se révèle par des pensées chrétiennes, des paroles chrétiennes et un comportement chrétien. En Christ, le caractère atteint sa plénitude divine. — Lettre 13a, 1879; Our High Calling, 184. {EMS2 687.4}

688

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 688.1

Une nouvelle mesure de force — Ceux qui se consacrent, âme, corps et esprit à Dieu, en purifiant leurs pensées par l'obéissance à sa loi, recevront sans cesse une nouvelle mesure de force physique et mentale. Il y aura de nouvelles aspirations envers Dieu et des prières ferventes pour comprendre clairement le rôle et l'œuvre du Saint Esprit. Il ne nous appartient pas de nous servir de lui; c'est au Saint Esprit de nous employer, de façonner, de modeler chacune de nos facultés. — Testimonies on Sabbath School Work, 106; Counsels on Sabbath School Work, 40. {EMS2 688.1}

689

Chapitre 73 — La maîtrise des pensées*

Voir chapitre 50: "Influences négatives sur l'esprit".

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 689.1

Un don de Dieu — L'esprit est un don de Dieu. Les facultés mentales doivent être développées. Elles doivent être si sagement utilisées qu'elles augmenteront en force. Chacun doit employer les talents qui lui ont été confiés de manière à en tirer le plus grand bien. L'esprit doit être cultivé afin que les meilleures énergies de l'âme soient mises en valeur et que toutes

les facultés soient développées. Nous ne devons pas nous contenter d'un idéal mesquin. Nous devons progresser d'un point avancé à un autre. — Lettre 106, 1901. {EMS2 689.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 689.2

L'esprit doit être exercé — L'esprit est ce que nous possédons de plus précieux; mais il doit être exercé par l'étude, par la réflexion et en se mettant à l'école du Christ, le meilleur, le plus parfait éducateur que le monde ait jamais connu. L'ouvrier chrétien doit progresser. Il doit se forger un caractère en vue d'un service utile; il doit apprendre à supporter les difficultés et se montrer avisé pour faire des plans et accomplir 690l'œuvre de Dieu. Ce doit être un homme à l'esprit et aux paroles purs — un homme qui évitera toute apparence de mal et qui ne donnera pas lieu à la critique à cause de son imprudence. Il doit avoir un cœur droit et sa bouche doit être exempte de mensonge. — The Review and Herald, 6 janvier 1885. {EMS2 689.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 690.1

Il [le Christ] est mort pour moi afin que je sois béni et que sa joie repose sur moi. Aussi, je maintiens mon esprit dans cette perspective; je l'éduque, je l'exerce; j'éduque ma langue, j'éduque mes pensées; j'éduque tout ce qui est en moi pour pouvoir l'attacher à Jésus Christ. — Manuscrit 36, 1891. {EMS2 690.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 690.2

Toutes les facultés de l'esprit... révèlent que Dieu entendait que ces facultés ne restent pas inactives, mais qu'elles soient mises en œuvre. — Testimonies for the Church 4:411 (1880). {EMS2 690.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 690.3

La seule sécurité — Songeons à la puissance ennoblissante des pensées pures. C'est là que réside la seule sécurité de l'âme. Un homme "est tel que sont les pensées dans son âme". Proverbes 23:7. On parvient à se maîtriser par l'exercice. Ce qui paraît tout d'abord difficile devient facile par la répétition constante. C'est ainsi que les bonnes pensées et les bonnes actions deviennent habituelles. Si nous le voulons, nous pouvons nous détourner de tout ce qui est bas et inférieur, et nous élever jusqu'à un haut idéal; nous serons alors respectés des hommes et aimés de Dieu. — Le ministère de la guérison, 425 (1905). {EMS2 690.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 690.4

Centrés sur Jésus Christ — Votre dernière pensée le soir et votre première pensée le matin devrait être pour Celui en qui réside notre espérance de la vie éternelle. — Lettre 19, 1895; Our High Calling, 116. {EMS2 690.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 690.5

Développer les pensées positives — C'est par les mêmes moyens disciplinaires qui ont agi en Christ que doivent être développées en nous l'énergie et la solidité du caractère du Christ. Et la grâce qu'il reçut nous est aussi accessible. — Jésus Christ, 56 (1898). {EMS2 690.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 690.6

Efforts proportionnés aux résultants désirés — Que Dieu 691occupe toutes nos pensées. Nous devons consacrer nos efforts les plus énergiques à dominer les tendances au mal du cœur naturel. Proportionnons nos efforts, notre abnégation et notre persévérance à la valeur infinie de l'objet que nous poursuivons. Ce n'est qu'en remportant la victoire comme le Christ que nous pourrons gagner la couronne de vie. — Le ministère de la guérison, 391, 392 (1905). {EMS2 690.6}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 691.1

Réfléchissez vous-même — Si vous permettez à quelqu'un d'autre de réfléchir à votre place, vos énergies seront fragilisées et vos capacités restreintes. Par ailleurs, nombreux sont ceux dont l'intelligence s'étiole parce qu'ils se contentent de réfléchir sur des sujets ordinaires. Vous devriez vous attaquer à des problèmes intellectuels qui requièrent la mise en œuvre des meilleures capacités de votre esprit. — The Review and Herald, 16 avril 1889. {EMS2 691.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 691.2

Le raffinement du cœur — C'est à l'école du divin Maître, bien mieux que par l'observance des règles établies, que l'on acquiert une pensée et des façons pleines de délicatesse. Lorsque l'amour de Dieu pénètre le cœur de l'homme, il imprègne le caractère d'une sensibilité à l'image de la sienne. Cette éducation-là confère une dignité et une bienséance célestes; elle fait naître une douceur, une bonté qu'aucun vernis de bonne société ne peut égaler. — Education, 272, 273 (1903). {EMS2 691.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 691.3

Discipline mentale — C'est une grande bénédiction de pouvoir fixer ses pensées sur un travail. Les jeunes gens qui craignent Dieu devraient s'efforcer de s'acquitter de leurs devoirs d'une manière réfléchie, maintenant leurs pensées dans la direction voulue et travaillant de leur mieux. Ils devraient prendre connaissance de leurs devoirs actuels et s'attacher à les accomplir sans permettre à leur esprit de divaguer. Une telle discipline mentale portera des fruits pour toute la vie. Ceux qui apprennnent à faire d'une manière réfléchie tout ce qu'ils entrepennent, même les choses les plus insignifiantes, deviendront utiles dans le monde. — The Youth's Instructor, 20 août 1903; Message à la jeunesse, 147. {EMS2 691.3}

692

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 692.1

De l'ordre dans les idées — Certains esprits ressemblent davantage à un vieux magasin de bric-à-brac qu'à tout autre chose. On y a entassé des fragments hétérocites de vérités glanées çà et là; mais on est incapable de les présenter d'une façon accessible et logique. Ce qui fait la valeur des idées, c'est le lien naturel qui existe entre elles. Chaque idée et chaque affirmation devraient être étroitement unies, comme les anneaux d'une chaîne. Quand un prédicateur déverse devant son auditoire un monceau de matières qu'ils doivent eux-mêmes ramasser et

mettre en ordre, c'est en pure perte, car bien peu de fidèles le feront. — The Review and Herald, 6 avril 1886; Evangelism, 579, 580. {EMS2 692.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 692.2

Quand l'esprit vole bas — Si l'esprit humain vole bas, c'est généralement parce qu'on lui permet de s'intéresser à des choses ordinaires et qu'on ne l'habitue pas à saisir des vérités élevées, aussi durables que l'éternité. Ces sociétés littéraires et ces maisons de culture exercent presque partout une influence totalement contraire à celle qu'ils prétendent exercer, et ils sont préjudiciables à la jeunesse. Il ne saurait en être ainsi; mais parce que des éléments non sanctifiés prennent le dessus, parce que les mondains veulent que les choses aillent à leur guise, leurs cœurs ne sont pas en harmonie avec Jésus Christ. Ils sont dans les rangs des ennemis du Seigneur, et ils n'apprécieront pas des divertissements qui sont de nature à fortifier spirituellement et à affermir les membres de la société dans ce domaine. On introduit des choses de peu de valeur qui ne sont ni édifiantes ni instructives, mais qui sont uniquement divertissantes. — Manuscrit 41, 1900. {EMS2 692.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 692.3

S'attarder sur des choses superficielles — Durant la journée, l'esprit devrait être sans cesse en activité. Si elle s'intéresse à des vétilles, l'intelligence s'affaiblit et s'étiole. Il y a peut-être des éclairs spasmodiques de pensée; mais l'esprit n'est pas discipliné de manière à ce qu'il réfléchisse avec assiduité et sérieux. En effet, certains sujets exigent que l'on y réfléchise avec sérieux... En méditant sur ces thèmes de 693portée éternelle, l'esprit est fortifié et le caractère se développe. — The Review and Herald, 10 juin 1884. {EMS2 692.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 693.1

L'empreinte des pensées — Abstenez-vous de toute espèce de mal. Quelque véniels qu'on les considèrent, les péchés qui sont monnaie courante affaibliront votre sens moral et nuiront à l'influence de l'Esprit de Dieu en vous. Les pensées laissent leur empreinte sur l'âme, et toute conversation de bas niveau pollue l'esprit. Tout mal travaille à la ruine de celui qui le commet. Dieu peut pardonner et il pardonnera le pécheur qui se repent, mais bien qu'elle soit pardonnée, l'âme reste souillée; la capacité de développer des pensées élevées, qui est accessible à un esprit non affaibli, est détruite. L'âme gardera ses cicatrices pendant toute sa vie. Recherchons donc la foi qui agit par amour et qui purifie le cœur afin que nous puissions refléter le caractère du Christ devant le monde. — The Review and Herald, 8 décembre 1891; Fundamentals of Christian Education, 195. {EMS2 693.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 693.2

Entourer son âme d'une pure atmosphère — Nous ne saurions être prétentieux et importuns, mais nous devons vivre calmement notre christianisme, et ne rechercher que la gloire de Dieu... Ainsi, nous brillerons comme des lumières dans le monde, sans bruit ni frictions. Nul ne saurait déchoir, car Celui qui est à nos côtés est sage par ses conseils, excellent en force et puissant pour accomplir ses desseins. Il agit par l'entremise de ses agents, visibles et invisibles, humains

et divins. Cette œuvre est grandiose, et elle sera menée à bien pour la gloire de Dieu, si tous ceux qui sont en relation avec elle agissent en harmonie avec leur profession de foi. La pureté de pensée doit être appréciée comme étant indispensable à l'œuvre qui consiste à influencer nos semblables. L'âme doit dégager une atmosphère pure et sainte, propre à stimuler la vie spirituelle de tous ceux qui la respirent. — Lettre 74, 1896; Sons and Daughters of God, 316. {EMS2 693.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 693.3

Toutes les énergies mises en œuvre (message adressé à une jeune femme) — La vie de l'âme ne saurait être maintenue, à moins qu'elle ne se soumette à la volonté de Dieu. Toutes 694les énergies doivent être mobilisées pour accomplir la volonté divine. Si elles demeurent en Dieu, nos pensées seront dirigées par son amour et par sa puissance. Ainsi donc, ma chère enfant, vivez en vous inspirant des paroles qui émanent des lèvres du Christ. Que le Seigneur vous fortifie, vous bénisse et vous dirige. Allez de l'avant et croyez que si vous demandez, vous recevrez. — Lettre 339, 1905. {EMS2 693.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 694.1

Jésus change les pensées — Le Christ est venu pour changer la direction des pensées de l'homme et de ses affections. — Témoignages pour l'Église 1:72 (1859). {EMS2 694.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 694.2

Comme la fleur — Elevons nos âmes vers les hauteurs où l'on respire l'atmosphère du ciel. Vivons si près de Dieu qu'à chaque épreuve inattendue nos pensées se tournent vers lui aussi naturellement que la fleur vers le soleil. — Le Meilleur Chemin, 98 (1892). {EMS2 694.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 694.3

Changement du cœur et de l'esprit — La parole: "Je vous donnerai un cœur nouveau" (Ezéchiel 36:26) signifie: "Je vous donnerai un esprit nouveau". Ce changement du cœur s'accompagne toujours d'une claire notion du devoir chrétien, et d'une compréhension de la vérité. Notre intelligence de la vérité dépendra de notre compréhension de la Parole de Dieu. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 452 (1913). {EMS2 694.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 694.4

Nous désirons que la puissance transformatrice de la grâce de Dieu s'empare de nos facultés mentales. Nous pouvons avoir de mauvaises pensées, occuper nos esprits par des choses répréhensibles; mais avec quelles conséquences? Notre vie tout entière est à l'image de nos mauvaises pensées. Mais si nous contemplons Jésus, nous sommes transformés à son image. Le serviteur du Dieu vivant agit en vue d'atteindre un objectif. Les yeux sont sanctifiés, les oreilles sont sanctifiées, et ceux qui ferment la porte de leurs yeux et de leurs oreilles au mal seront transformés. — Manuscrit 17, 1894. {EMS2 694.4}

695

Chapitre 74 — Les doutes

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 695.1

Mystères insondables — Comme le caractère de son Auteur, la Parole de Dieu nous présente des mystères qui ne pourront jamais être sondés à fond par des êtres bornés. L'entrée du péché dans le monde, l'incarnation de Jésus Christ, la régénération, la résurrection, et plusieurs autres faits présentés dans la Bible, sont des mystères trop profonds pour être expliqués ou même saisis pleinement par l'esprit humain. Mais Dieu nous a donné dans les Ecritures des preuves suffisantes de leur divinité, et nous n'avons nullement lieu de douter de celles-ci parce que nous ne pouvons pas comprendre les mystères de sa providence. {EMS2 695.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 695.2

Dans le monde matériel, nous sommes constamment entourés de mystères impénétrables. Les plus humbles manifestations de la vie sont un problème que les plus sages philosophes sont incapables d'expliquer. De tous côtés se présentent des merveilles qui surpassent notre intelligence. Faut-il donc être surpris qu'il se trouve dans le monde spirituel des mystères insondables? Toute la difficulté se trouve dans la faiblesse et l'étroitesse de l'esprit humain. Dieu nous a 696donné dans les Ecritures suffisamment de preuves de leur divin caractère, et nous ne devons pas douter de sa Parole simplement parce que nous ne comprenons pas tous les mystères de sa Providence. — Le Meilleur Chemin, 104 (1892). {EMS2 695.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 696.1

Le piège du doute — Bien que Dieu ait donné des preuves suffisantes pour soutenir notre foi, il n'enlèvera jamais toutes les raisons de ne pas croire. Ceux qui cherchent des échappatoires en trouveront. Et ceux qui refusent d'accepter la Parole de Dieu et de lui obéir jusqu'à ce que toutes les objections soient levées et qu'aient disparu tous les prétextes de douter, ne parviendront jamais à la lumière. {EMS2 696.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 696.2

La méfiance envers Dieu est le fruit du cœur naturel qui a de l'inimitié pour Dieu. La foi, en revanche, est un fruit de l'Esprit qui ne prospère que là où l'Esprit est apprécié. Nul ne peut devenir fort en la foi sans un effort persévérant. De même, l'incrédulité se fortifie quand elle est encouragée. Celui qui, au lieu de méditer sur les preuves que Dieu lui a données pour fortifier sa foi, se permet de contester et d'ergoter, s'enfoncera de plus en plus dans le doute. — La tragédie des siècles, 575 (1911). {EMS2 696.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 696.3

Le poids de l'évidence — Dieu ne se propose pas d'enlever tout ce qui pourrait donner lieu au scepticisme. Il donne l'évidence qui doit être examinée soigneusement avec humilité et par un esprit disposé à se laisser enseigner. Le poids de l'évidence devra alors être décisif. Dieu donne

des preuves suffisantes à celui qui veut croire avec candeur; mais quiconque se détourne de l'évidence parce qu'il y a quelques points que son intelligence bornée ne peut saisir, sera laissé dans l'atmosphère glaciale de l'incrédulité où sa foi fera naufrage. — Témoignages pour l'Église 2:340 (1889). {EMS2 696.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 696.4

Ne pas se fier à ses sentiments — Depuis les origines, le grand plan de la [divine] miséricorde vise à ce que toute âme affligée se confie en son amour. A l'heure présente où votre esprit est hanté par le doute, votre sécurité consiste à vous 697confier non dans vos sentiments, mais dans le Dieu vivant. Tout ce qu'il vous demande est que vous mettiez en lui votre confiance et que vous le reconnaissiez comme votre Sauveur fidèle, qui vous aime et a pardonné vos fautes et vos erreurs. — Lettre 229, 1904. {EMS2 696.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 697.1

Ne laisser aucun doute voir le jour — Veillez aussi attentivement qu'Abraham sinon les corbeaux ou d'autres oiseaux de proie viendront se poser sur le sacrifice que vous offrez à Dieu. Il faut à tout prix empêcher une pensée de doute de venir à la lumière par une déclaration exprimée. Des paroles dites en hommage aux puissances des ténèbres chassent la lumière. La vie du Seigneur ressuscité devrait se manifester sans cesse en nous. — Lettre 7, 1892; Messages choisis 2:279. {EMS2 697.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 697.2

Une maladie chronique — Etre un douteur chronique, qui garde les yeux et les pensées fixées sur soi, est un grand malheur. Aussi longtemps que vous regardez à vous-mêmes, que le "moi" est le sujet de vos pensées et de vos conversations, vous ne pouvez espérer être conforme à l'image du Christ. Le "moi" n'est pas votre sauveur. Vous ne possédez pas en vous-même(s) de vertus salvatrices. Le "moi" est un bateau qui fait eau de toutes parts, et votre foi ne saurait y trouver refuge. Si vous vous confiez en lui, vous pouvez être sûr qu'il coulera. {EMS2 697.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 697.3

Le canot de sauvetage! Au canot de sauvetage! C'est là votre seul salut. Jésus, qui est le capitaine de ce canot, n'a jamais perdu un seul passager. {EMS2 697.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 697.4

Douteurs découragés, comment pouvez-vous espérer que votre cœur soit réchauffé par l'amour du Christ? Comment pouvez-vous escompter que sa joie demeure en vous et que votre joie soit parfaite alors que vous ruminez sur votre caractère imparfait et que vous vous en nourrissez? — Lettre 11, 1897. {EMS2 697.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 697.5

L'incrédulité, une perte — Nous ne nous rendons pas compte de ce que l'incrédulité nous fait perdre. Sans la foi, 698nous nous engageons dans une bataille perdue d'avance. Nous avons un

Sauveur qui comprend tous les aspects de notre vie. Il comprend nos défaillances et sait exactement de quelle aide nous avons besoin. Nous voulons avoir foi en lui, une foi rendue agissante par l'amour et qui purifie l'âme. — Manuscrit 41, 1908. {EMS2 697.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 698.1

La foi se développe grâce aux luttes que nous menons contre le doute; la vertu se fortifie en résistant à la tentation. — The Youth's Instructor, avril 1873. {EMS2 698.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 698.2

Cultiver la foi — Rien ne nous encourage à l'incrédulité. Le Seigneur manifeste sa grâce et sa puissance à maintes reprises, et cela devrait nous apprendre qu'il est toujours profitable de cultiver la foi, de parler de foi, d'agir avec foi. Nous ne devons pas laisser nos cœurs et nos mains s'affaiblir en permettant à des esprits méfiants de semer dans nos cœurs les graines du doute et de la suspicion. — Lettre 97, 1898; The S.D.A. Bible Commentary 7:928. {EMS2 698.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 698.3

Maladies nerveuses — L'assurance que Dieu nous approuve favorise la santé physique. Elle fortifie l'âme contre le doute, la perplexité et la tristesse excessive qui si souvent sapent les forces vitales et occasionnent des maladies nerveuses particulièrement débilitantes et affligeantes. Le Seigneur a donné sa parole que ses yeux seraient sur les justes et que son oreille serait attentive à leurs prières, mais que par ailleurs il s'oppose à tous ceux qui font le mal. Nous nous mettons dans de bien grandes difficultés en ce monde lorsque nous agissons de telle sorte que le Seigneur est contre nous. — The Review and Herald, 16 octobre 1883; The S.D.A. Bible Commentary 3:1146. {EMS2 698.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 698.4

Aucune méfiance à l'esprit — Aucun soupçon, aucune méfiance ne doit s'emparer de notre esprit. Le sentiment de la grandeur de Dieu ne doit pas confondre notre foi. Que le Seigneur nous aide à nous humilier en toute simplicité. Le Christ a déposé son vêtement royal et sa couronne afin de s'associer à l'humanité et de montrer que des êtres humains peuvent atteindre à la perfection. Revêtu de grâce, il a vécu 699dans notre monde une vie parfaite pour nous prouver son amour. Ce qu'il a fait devrait suffire à rendre imposssible le fait de ne pas croire en lui. Commandant suprême dans les parvis célestes, il s'est abaissé jusqu'à assumer la nature humaine. Sa vie montre ce que nos vies doivent être. Que le sentiment de la grandeur de Dieu ne nous fasse pas oublier son amour. Le Christ a été un homme de douleur, connaissant la souffrance. Un cœur qui se donne à lui devient une harpe sacrée produisant une musique sacrée. — Lettre 365, 1904; Messages choisis 2:254. {EMS2 698.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 699.1

Ne pas se laisser aller au découragement — "Il [le Père] nous a délivrés du pouvoir des ténèbres...". Colossiens 1:13. Dès lors, quelle excuse avons-nous de prononcer des paroles de

découragement, d'incrédulité et de doute — qui nous enveloppent de ténèbres comme un manteau? Repoussons les ombres obscures du doute, rejetons-les comme venant de Satan, l'initiateur de tout doute et de tout découragement. Il cherche à projeter son ombre diabolique sur notre chemin. Mais notre foi doit pénétrer le sombre nuage du doute et de l'incrédulité, et se saisir du bras du Christ. — Manuscrit 102, 1901. {EMS2 699.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 699.2

Comment Ellen White repoussa les doutes — Quand Satan jette son ombre diabolique en travers de ma route, je ne la regarde pas, je n'en parle pas et m'abstiens de glorifier le malin en parlant de lui, de sa puissance et du moment difficile que je traverse. Je me fraye un chemin à travers l'obscurité et par la foi je me saisis de Jésus Christ. En le contemplant, nous sommes "transformés en la même image, de gloire en gloire". 2 Corinthiens 3:18. Parlez de foi. Tout doute exprimé est une semence, et cette semence germera dans quelque cœur. Nous nous refusons à prononcer une seule parole de doute et à glorifier ainsi le malin pour le prodigieux pouvoir qu'il a de nous dominer. Je ne le veux pas, car le Christ m'a rachetée et m'a sauvée. Satan n'a aucune prise sur moi. — Manuscrit 16, 1894. {EMS2 699.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 699.3

Fausses idées sur Dieu — Satan jubile quand il peut entraîner 700les chrétiens à l'incrédulité et au découragement. Il est heureux quand il voit que nous manquons de confiance en Dieu, et que nous doutons de son désir et de sa capacité de nous sauver. Il aime à nous faire croire que les dispensations divines nous portent préjudice. {EMS2 699.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 700.1

C'est l'œuvre de Satan de nous représenter le Seigneur comme dénué de miséricorde et de compassion. Il dénature les faits et remplit les imaginations de notions erronées au sujet de Dieu. Et nous, nous nous arrêtons trop souvent sur les tromperies de Satan au lieu de chercher à connaître le vrai caractère de notre Père que nous déshonorons par notre manque de confiance et nos murmures. {EMS2 700.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 700.2

Satan s'efforce toujours de représenter la piété sous un jour sombre. Il désire faire paraître la religion pénible et fastidieuse. Aussi, quand le chrétien présente le christianisme sous ce faux jour, son incrédulité confirme le mensonge de Satan. — Le Meilleur Chemin, 114 (1892). {EMS2 700.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 700.3

Fermez la porte aux doutes — Quand Satan survient avec ses doutes et son incrédulité, fermez la porte de votre cœur. Fermez vos yeux afin de ne pas vous attarder sur son ombre diabolique. Elevez vos regards de manière à pouvoir contempler les choses éternelles, et vous aurez la force requise à chaque heure. L'épreuve de votre foi est bien plus précieuse que l'or... Elle vous rend vaillant pour mener le combat du Seigneur, "Car nous n'avons pas à lutter contre la chair et le

sang, mais contre les principautés, contre les pouvoirs, contre les dominateurs des ténèbres d'ici-bas, contre les esprits du mal dans les lieux célestes." Ephésiens 6:12. {EMS2 700.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 700.4

Satan revendique le monde. Il prétend qu'il lui appartient. Est-ce que nous lui donnerons ce qu'il réclame comme sa propriété? Loin de là! J'appartiens à quelqu'un d'autre. J'ai été rachetée à un grand prix et je me dois de glorifier Dieu dans mon corps et dans mon esprit. Je n'ai pas le temps de parler d'incrédulité. Je dois parler de ma foi. Je dois fortifier ma foi en la mettant en pratique. Ainsi, ma foi grandit à mesure que je m'aventure à me confier dans les promesses de Dieu, 701et je peux obtenir toujours plus. {EMS2 700.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 701.1

Béni soit Jésus! Je l'aime parce qu'il est pour moi un réconfort, un espoir et un secours — pour moi et pour vous individuellement. Je désire que vous vous considériez comme sa propriété. Tournez votre visage comme un silex dirigé sur le mont Sion. Pénétrez-vous de l'idée qu'il a là un trésor que vous pouvez obtenir. — Manuscrit 17, 1894. {EMS2 701.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 701.2

Une parole de doute en entraîne une autre — Une seule parole de doute, une seule parole venant d'une mauvaise pensée prépare la voie à une autre de même nature. Ce sont là des semailles qui annoncent une moisson que bien peu désirent engranger. — Lettre 117, 1896. {EMS2 701.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 701.3

Des semences qui couvent — Ceux qui sont troublés par des doutes et confrontés à des difficultés qu'ils ne peuvent résoudre ne devraient pas plonger des esprits faibles dans les mêmes perplexités. Certains ont fait allusion à leurs doutes, en ont parlé et ont passé outre, sans bien se rendre compte des conséquences. Parfois, les semences de doute ont produit un effet immédiat; dans d'autres cas, elles sont restées enfouies pendant un certain temps, jusqu'au jour où l'individu concerné a emprunté une mauvaise voie, a cédé le terrain à l'ennemi, a été privé de la lumière de Dieu et est finalement tombé au pouvoir de Satan. Alors, les graines de doute qui avaient été semées longtemps auparavant germent. Puis Satan les fertilise et elles portent du fruit. {EMS2 701.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 701.4

Tout ce qui vient des ministres de l'Evangile, lesquels devraient demeurer dans la lumière, exerce une profonde influence. Mais lorsqu'ils ne se sont pas tenus dans la vive lumière de Dieu, Satan s'est servi d'eux comme des agents au moyen desquels il a lancé ses traits enflammés contre des esprits non préparés à résister à ce qui vient de leurs pasteurs. — Testimonies for the Church 1:378 (1863). {EMS2 701.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 701.5

Croire: un devoir — Croyez que la parole de Dieu ne faillira pas, et que celui qui a fait la promesse est fidèle. Il est tout 702autant de votre devoir de croire que Dieu accomplira sa parole et pardonnera vos péchés que c'est votre devoir de les confesser. Votre foi doit se manifester envers Dieu comme envers quelqu'un qui fera ce qu'il a promis — à savoir pardonner toutes vos transgressions. {EMS2 701.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 702.1

Comment pouvons-nous savoir que le Seigneur est véritablement notre Sauveur qui pardonne nos péchés, et comment pouvons-nous éprouver la profonde bénédiction que l'on trouve en lui, la grâce et l'amour prodigieux qu'il a promis de manifester envers les cœurs contrits si nous ne croyons pas implicitement à sa parole? Oh! qu'ils sont nombreux ceux qui poursuivent leur chemin en se lamentant, en péchant et en se repentant, mais enveloppés constamment d'un nuage de condamnation. Ils ne croient pas à la parole du Seigneur. Ils ne croient pas qu'il fera exactement ce qu'il a promis. — Lettre 10, 1893. {EMS2 702.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 702.2

L'amour du péché démasqué — Qu'on la déguise comme on voudra, dans la plupart des cas la cause réelle du doute et du scepticisme, c'est l'amour du péché. Les enseignements et les avertissements de la Parole de Dieu ne sont pas agréables au cœur orgueilleux et pervers, et ceux qui répugnent à se conformer à ses exigences sont vite prêts à mettre en doute son autorité. Pour parvenir à la connaissance de la vérité, il faut avoir un désir sincère de la connaître et un cœur disposé à s'y conformer. Ceux qui entreprennent l'étude de la Bible dans cet esprit trouveront des preuves évidentes et nombreuses de son inspiration divine, et saisiront ses vérités qui les rendront sages à salut. — Le Meilleur Chemin, 108, 109 (1892). {EMS2 702.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 702.3

Le doute est cultivé par les imprudents — Le doute et l'incrédulité sont cultivés par ceux qui ne se conduisent pas avec prudence. Ils éprouvent un sentiment de culpabilité et ne se rendent pas compte du fait qu'ils ne sauraient supporter l'examen de l'Esprit de Dieu, soit qu'il s'exprime par sa Parole ou par les témoignages qui les guideraient vers la Parole. Au lieu de commencer par s'occuper de leur propre 703cœur, afin de se mettre en accord avec les principes authentiques de l'Evangile, ils trouvent à redire et condamnent les moyens que Dieu a choisis pour préparer un peuple en vue du jour du Seigneur. — Manuscrit 1, 1883; Messages choisis 1:50, 51. {EMS2 702.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 703.1

Graves lacunes en matière d'éducation scolaire — La méthode habituelle employée pour la formation des jeunes ne respecte pas les principes d'une véritable éducation. Des notions d'incrédulité sont introduites dans les manuels scolaires, et les oracles de Dieu sont présentés sous un jour douteux, voire franchement défavorable. Dans ces conditions, l'esprit des jeunes se familiarisent avec les insinuations de Satan, et, une fois entretenus, les doutes deviennent chez ceux qui les cultivent des faits avérés. La recherche scientifique devient trompeuse à cause de la

manière dont ses découvertes sont interprétées et dénaturées. — The Youth's Instructor, 31 janvier 1895; Medical Ministry, 90. {EMS2 703.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 703.2

Que faire avec les doutes — En doutant, vous blessez le cœur du Christ, alors qu'il nous a tant et si bien témoigné son amour en donnant sa vie pour nous sauver afin que nous ne périssions pas, mais que nous héritions la vie éternelle. Il nous a prescrit ce que nous devions faire: "Venez à moi, vous tous qui êtes fatigués et chargés, et je vous donnerai du repos." Matthieu 11:28. — Lettre 10, 1893. {EMS2 703.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 703.3

Comment échapper au doute — Nombreux sont ceux qui se plaignent de leurs doutes, qui se lamentent de n'avoir pas l'assurance d'être en communion avec Dieu. Cela provient souvent du fait qu'ils ne font rien dans la cause de Dieu. Qu'ils s'efforcent sincèrement de venir en aide aux autres, de leur être en bénédiction, et leurs doutes et leur découragement disparaîtront. — Testimonies for the Church 5:395 (1885). {EMS2 703.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 703.4

Ceux qui formulent continuellement des doutes et qui réclament sans cesse de nouvelles preuves pour chasser les nuages de leur incrédulité ne se fondent pas sur la Parole. Leur foi repose sur les circonstances; elle est fondée sur les sentiments. Mais quelque agréable qu'il soit, le sentiment n'est pas 704la foi. La Parole de Dieu est le fondement sur lequel nos espérances célestes doivent être édifiées. — Lettre 11, 1897. {EMS2 703.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 704.1

Ce qui aggrave les doutes (message adressé à un ministre de l'Evangile) — J'ai vu que les anges de Dieu vous considéraient avec tristesse. Ils n'étaient plus auprès de vous; ils s'étaient éloignés avec affliction, tandis que Satan et ses anges exultaient de joie à votre sujet. Si vous aviez lutté contre vos doutes et si vous n'aviez pas encouragé le malin à vous tenter en parlant de votre incrédulité et en vous y appesantissant, vous n'auriez pas attiré auprès de vous les anges déchus en aussi grand nombre; vous vous complaisez dans votre scepticisme; plus vous en parlez, plus vous vous y appesantissez, plus vous vous enfoncez dans les ténèbres. {EMS2 704.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 704.2

Vous vous privez de tout rayon de lumière céleste; un grand abîme se creuse entre vous et les seules personnes qui peuvent vous aider. Si vous continuez sur la voie où vous vous êtes engagé, vous êtes à la merci de la détresse et du malheur. La main de Dieu vous arrêtera d'une manière qui ne vous plaira pas. Sa colère ne sommeillera pas. Mais aujourd'hui, il vous adresse son invitation. Aujourd'hui, il vous appelle à revenir à lui sans délai; il vous pardonnera généreusement et remédiera à toutes vos défaillances. Dieu est à la tête d'un peuple particulier. Il blanchira et purifiera les membres de ce peuple et les préparera en vue de la translation. Le

trésor particulier du Seigneur sera débarrassé de toute chose charnelle jusqu'à ce qu'il soit comme de l'or sept fois purifié. — Testimonies for the Church 1:430, 431 (1864). {EMS2 704.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 704.3

Les rayons de la lumière divine chassent les ombres du doute — Nous devons être remplis de toute la plénitude de Dieu; alors nous aurons la vie, la puissance, la grâce et le salut. {EMS2 704.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 704.4

Comment obtiendrons-nous ces grandes bénédictions? Le Christ est mort pour que nous les recevions par la foi en son nom. Il nous a offert gratuitement la lumière et la vie. Dans ces conditions, pourquoi vouloir enfoncer des clous auxquels 705nous suspendrons nos doutes? Pourquoi remplir notre esprit de sombres pensées de doute? Pourquoi ne pas permettre aux rayons du Soleil de justice d'illuminer les "chambres" de notre cœur et de notre esprit et d'en chasser les ombres de l'incrédulité? Tournez-vous vers la Lumière, vers Jésus le précieux Sauveur. {EMS2 704.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 705.1

Au lieu de nous appesantir sur les défauts et les faiblesses de quelque être humain, contemplons le caractère de Celui en qui il n'y a aucune imperfection. Jésus "se distingue entre dix mille", il est "le bien-aimé". Nous ne devons prendre aucun homme pour modèle, car Dieu nous a donné son Fils bien-aimé pour parfait modèle, et en le contemplant, nous serons transformés à son image. Regardez à Jésus Christ, dont le trône est élevé et exalté; les pans de sa gloire remplissent le temple. — Manuscrit 66, 1895. {EMS2 705.1}

706

Chapitre 75 — Imagination et maladie*

Voir aussi vol. 1, chapitre 7: "Relations étroites entre le corps et l'esprit", vol. 2, chapitre 4: "L'esprit et la santé physique", vol. 2, chapitre 25: "L'imagination".

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 706.1

L'imagination provoque de graves maladies — L'esprit a besoin d'être contrôlé, car il exerce une profonde influence sur la santé. Souvent, l'imagination égare, et quand on lui laisse libre cours, elle donne lieu à des formes de maladies graves chez ceux qui en sont affectés. Nombreux sont ceux qui meurent de maladies en grande partie imaginaires. Je connais plusieurs personnes qui ont contracté de véritables maladies sous l'influence de l'imagination. — Testimonies for the Church 2:523 (1870). {EMS2 706.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 706.2

Ceux que se meurent pourraient guérir — Autour de nous, des milliers de gens qui pourraient être en bonne santé et survivre s'ils le voulaient sont malades et meurent; mais leur imagination les en empêche. Ils craignent que leur état n'empire s'ils travaillent ou font de l'exercice, alors qu'ils auraient simplement besoin d'un changement pour améliorer leur état. Sans cela, ils ne connaîtront jamais d'amélioration. Ils 707devraient mettre en œuvre le pouvoir de la volonté, surmonter leurs douleurs et leurs faiblesses, s'occuper à des tâches utiles, et oublier qu'ils ont mal au dos, au côté, aux poumons et à la tête. Le fait de négliger de faire fonctionner tout ou partie de l'organisme aura des effets morbides. L'inaction de tel ou tel des organes du corps aura pour conséquence une diminution du volume et de la force des muscles et un ralentissement de la circulation du sang dans les vaisseaux. — Testimonies for the Church 3:76 (1872). {EMS2 706.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 707.1

L'imagination contrôle certaines parties du corps — C'est le défaut d'harmonie dans l'organisme qui provoque la maladie. L'imagination peut contrôler les autres parties du corps à leur détriment. Toutes les parties de l'organisme doivent fonctionner de façon harmonieuse. — Medical Ministry, 291 (1900). {EMS2 707.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 707.2

Une femme sauvée de la mort — Une fois, je fus invitée à venir visiter une jeune femme que je connaissais bien. Elle était malade et son état déclinait rapidement. Sa mère désirait que je prie pour elle. Elle se tenait là en larmes et disait: "Pauvre enfant! elle n'en a pas pour longtemps!" Je pris le pouls de la malade, je priai pour elle et lui dis: "Ma sœur, si vous vous levez, si vous vous habillez et si vous vous mettez à faire votre travail, tout cet état maladif disparaîtra". {EMS2 707.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 707.3

Elle me dit: "Croyez-vous qu'il disparaîtra?" {EMS2 707.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 707.4

"J'en suis certaine, lui répondis-je; vous avez déjà presque épuisé vos forces vives par l'inaction." {EMS2 707.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 707.5

Puis je me suis adressé à la mère et lui ai dit que sa fille serait morte à cause d'une imagination morbide si elles n'avaient pas été convaincues de leur erreur. Elle s'était convaincue de son invalidité, ce qui est assurément une bien misérable école. Alors, m'adressant à la jeune femme, je lui dis: "Changez d'attitude; levez-vous et habillez-vous." Elle obéit, et elle vit encore aujourd'hui. — Lettre 231, 1905; Medical Ministry, 109. {EMS2 707.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 707.6

Répercussion de la santé sur l'imagination — Vous êtes extrêmement sensible et vous ressentez les choses de manière intense. Vous êtes très consciencieuse et vous avez besoin 708d'être convaincue avant de vous rallier à l'opinion des autres. Si votre santé avait été intacte, vous auriez été une femme éminemment utile. Vous avez été malade depuis longtemps, et cela a influencé votre imagination au point que vos pensées ont été centrées sur vous-même et que votre imagination a affecté votre organisme. — Testimonies for the Church 3:74 (1872). {EMS2 707.6}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 708.1

Dominer une imagination maladive — D'après la lumière qui m'a été donnée, si la sœur dont vous parlez prenait sur elle-même et si elle développait son goût pour une nourriture saine, tous ces accès disparaîtraient. Elle a cultivé son imagination; l'ennemi a profité de sa faiblesse physique, et par ailleurs, son esprit n'est pas assez fort pour affronter les difficultés de la vie de tous les jours. Il lui faut une bonne cure mentale sanctifiée, une foi accrue et un service actif pour le Christ. Elle a également besoin d'exercer ses muscles grâce à un travail pratique en plein air. L'exercice physique sera pour elle le plus grand bienfait de sa vie. Il n'est pas inéluctable qu'elle soit une invalide, mais elle devrait être une femme en bonne santé et à l'esprit sain, en mesure de jouer son rôle noblement et de manière satisfaisante. {EMS2 708.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 708.2

Tous les traitements qu'on donnera à cette sœur ne serviront pas à grand chose si elle ne fait pas sa part. Elle a besoin de fortifier ses muscles et ses nerfs grâce à un travail physique. Son infirmité n'est pas une fatalité; elle peut accomplir un travail utile et sérieux. Comme beaucoup d'autres, elle souffre d'une imagination malade. Mais elle peut la surmonter et recouvrer la santé. J'ai adressé ce message à de nombreuses personnes, et avec les meilleurs résultats. — Lettre 231, 1905; Medical Ministry, 108, 109. {EMS2 708.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 708.3

Faire appel au pouvoir de la volonté — L'indolence est un grand mal. En s'apitoyant sur eux-mêmes, hommes, femmes et jeunes gens se croient dans une condition pire qu'elle n'est en réalité. Ils nourrissent leurs maux, y pensent, et en parlent au point qu'ils semblent n'être plus utiles à rien. Nombreux sont ceux qui sont descendus dans la tombe, alors qu'ils 709auraient pu et dû vivre. Leur imagination était malade. S'ils ne s'étaient pas laissé dominer par leurs infirmités; s'ils avaient fait appel au pouvoir de la volonté, ils auraient pu survivre et bénir le monde par leur influence. — The Health Reformer, juillet 1868. {EMS2 708.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 709.1

Délivrance du péché et guérison physique — Le médecin croyant doit travailler en collaboration avec le Christ. Le Sauveur prenait soin à la fois du corps et de l'âme; son Evangile était un message de vie spirituelle et de restauration physique. Pour lui, la délivrance du péché et la guérison de la maladie étaient étroitement unies. C'est ce même ministère d'amour qui est confié aujourd'hui au médecin craignant Dieu. Il doit imiter le Christ en s'occupant des besoins

spirituels en même temps que des besoins corporels de ses semblables. Il faut qu'il soit pour les malades un messager de miséricorde qui leur apporte à la fois le remède du corps et celui de l'âme. — Le ministère de la guérison, 87 (1905). {EMS2 709.1}

710

Chapitre 76 — Volonté et esprit de décision

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 710.1

Un pouvoir dominant — La volonté est le pouvoir dominant de la nature humaine qui place toutes les autres facultés sous son commandement. Il ne faut pas confondre la volonté avec les penchants et les inclinations; c'est la faculté de décider qui agit dans les enfants des hommes soit pour obéir à Dieu, soit pour lui désobéir. — Testimonies for the Church 5:513 (1889). {EMS2 710.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 710.2

Tout dépend de sa juste action — Ceux qui sont les jouets de la tentation ont besoin de comprendre la force réelle de la volonté. Celle-ci est la puissance qui gouverne la nature humaine, qui décide, qui choisit. Tout dépend de la volonté. Le désir d'être bon, pur, est légitime en lui-même; mais si nous nous arrêtons là, il est sans valeur. Beaucoup vont à leur perte tout en espérant et en désirant triompher de leurs tendances au mal. Ils ne soumettent pas leur volonté à celle de Dieu et ne *choisissent* pas de le servir. — Le ministère de la guérison, 148 (1905). {EMS2 710.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 710.3

Le ressort des actions — Votre volonté est le ressort de toutes vos actions. Cette volonté, qui constitue un facteur si 711important dans le caractère de l'homme, fut, lors de la chute [dans le jardin d'Eden], soumise au pouvoir de Satan; désormais, elle agit en l'homme de manière que celui-ci veuille et agisse selon son bon plaisir, mais pour sa ruine et son propre malheur. {EMS2 710.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 711.1

Le sacrifice infini que Dieu a fait en donnant Jésus, son Fils bien-aimé, en offrande pour le péché, l'autorise à dire, sans violer aucunement les principes de son gouvernement: "Donnez-vous vous-mêmes à moi; donnez-moi votre volonté; arrachez-la au pouvoir de Satan, et je vais en prendre possession; alors je pourrai agir en vous pour accomplir le vouloir et le faire selon mon bon plaisir." Quand le Seigneur vous donne l'esprit du Christ, votre volonté devient conforme à la sienne, et votre caractère est rendu semblable au caractère du Christ. — Testimonies for the Church 5:515 (1889). {EMS2 711.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 711.2

Une nature combative — La volonté de l'homme est combative et cherche constamment à faire concourir toutes choses à ses objectifs. Si la volonté est ralliée à la cause de Dieu et du

bien, les fruits de l'Esprit se manifesteront dans la vie; et Dieu a promis la gloire, l'honneur et la paix à tout homme qui fait le bien. — The Review and Herald, 25 août 1896; Our High Calling, 153. {EMS2 711.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 711.3

L'incapacité est entre nos mains — Notre vie tout entière appartient à Dieu, et doit être employée pour sa gloire. Sa grâce sanctifiera et améliorera chaque faculté. Que nul ne dise: Je ne puis remédier à mes travers de caractère; si vous tenez ce raisonnement, vous n'obtiendrez certainement pas la vie éternelle. En fait, l'impossibilité réside dans votre volonté. Si vous ne *voulez pas* vaincre, vous ne le *pourrez pas.* Le vraie difficulté vient de la perversité du cœur non sanctifié et du refus de se soumettre à l'autorité de Dieu. — The Youth's Instructor, 28 janvier 1897. {EMS2 711.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 711.4

Le meilleur calmant — L'esprit et les nerfs sont tonifiés et fortifiés par l'exercice de la volonté. La puissance de celle-ci s'avérera dans bien des cas le meilleur calmant nerveux. — Témoignages pour l'Église 1:152 (1863). {EMS2 711.4}

712

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 712.1

Quand Satan tient les rênes — Lorsqu'on permet à Satan de modeler la volonté, il en profite pour accomplir ses desseins... Il excite les propensions au mal, il éveille les passions et les ambitions impures. Il dit: "Toute cette puissance, tous ces honneurs, ces richesses et ces plaisirs coupables, je te les donne" — mais à une condition: que l'on renonce à son intégrité, que la conscience soit faussée. C'est ainsi qu'il dégrade les facultés humaines et les rend esclaves du péché. — The Review and Herald, 25 août 1896; Our High Calling, 153. {EMS2 712.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 712.2

La volonté poussée à bout — En tant qu'enfants de Dieu, il nous appartient de confesser notre foi sans défaillance. Mais il arrive que la force suprême de la tentation semble pousser notre volonté jusqu'aux limites de sa capacité; dans ce cas, exercer la foi paraît contraire à l'évidence des sens et des émotions; cependant, notre volonté doit être maintenue du côté de Dieu. Nous devons croire qu'en Jésus Christ réside une force et une efficacité éternelles... Heure après heure, nous devons maintenir victorieusement notre position en Dieu, forts de sa force. — Lettre 42, 1890; Our High Calling, 124. {EMS2 712.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 712.3

Les enfants ne sont pas des animaux — L'éducation des enfants, à la maison comme à l'école, ne devrait pas ressembler au dressage des animaux. Les enfants ont une volonté consciente qui doit être entraînée à contrôler toutes leurs facultés. Les animaux subissent un dressage, car ils ne sont pas doués de raison. Mais il faut apprendre à l'esprit humain à se

contrôler et à contrôler l'être tout entier, tandis que les animaux sont sous l'autorité d'un maître et sont entraînés à lui obéir. Le maître est l'esprit, le jugement et la volonté de la bête. {EMS2 712.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 712.4

Diriger, et non briser, la volonté — Si un enfant est dressé à la façon des animaux, il n'aura pas de volonté propre. Sa personnalité même sera anéantie par celle de l'homme qui l'éduque; sa volonté, ses intentions et ses buts seront soumis à la volonté de son maître. Les enfants élevés de la manière 713que nous venons de décrire manqueront toujours d'énergie morale et de responsabilité individuelle. Ils n'ont pas été habitués à agir d'après leur raison et des principes établis. Leur volonté a été soumise à celle d'autrui et on n'a pas fait appel à leur intelligence afin qu'elle se fortifie par l'exercice. On ne les a pas habitués à mettre en œuvre leurs plus hautes énergies, lorsque cela était nécessaire, en rapport avec leur tempérament particulier et leurs aptitudes personnelles. {EMS2 712.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 713.1

Les maîtres ne doivent pas s'arrêter là mais se préoccuper particulièrement du développement des facultés les plus faibles, afin qu'elles soient aussi exercées et amenées à l'égal des plus fortes, de sorte que l'esprit atteigne un équilibre normal. — Témoignages pour l'Église 1:359, 360 (1872). {EMS2 713.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 713.2

Préserver la force de la volonté — La méthode qui consiste à "briser la volonté" est contraire aux principes du Christ. La volonté de l'enfant doit être dirigée et guidée. Préservez toute la force de la volonté, car elle est nécessaire à l'être humain dans sa totalité, mais orientez-la dans la bonne direction. Traitez la volonté avec sagesse et délicatesse, comme s'agissant d'un trésor sacré. Ne la réduisez pas en pièces; mais par le précepte et par l'exemple, formez-la, façonnez-la jusqu'au jour où l'enfant aura l'âge d'assumer des responsabilités. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 116 (1913). {EMS2 713.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 713.3

Le maître ne doit pas être autoritaire — Ceux qui sont égoïstes, irritables, autoritaires, brutaux, durs, qui ne considèrent pas attentivement les sentiments des autres, ne devraient jamais être employés comme maîtres. Ils auraient une influence désastreuse sur les élèves, en les modelant d'après leur propre caractère, entretenant ainsi le mal. De telles personnes chercheront à briser la volonté d'un garçon, si celui-ci est insoumis. Mais le Christ ne nous autorise pas à traiter ainsi ceux qui errent. En faisant preuve d'une sagesse céleste, par la douceur et l'humilité de cœur, les enseignants peuvent diriger la volonté de leurs élèves et les conduire dans la voie de l'obéissance; mais que nul ne s'imagine que leur affection 714peut être obtenue par des menaces. Nous devons agir comme le Christ lui-même a agi. — Testimonies on Sabbath School Work, 80, 81 (1900); Counsels on Sabbath School Work, 174, 175. {EMS2 713.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 714.1

Un piège à éviter — Tout jeune doit cultiver un esprit de décision. Une volonté partagée est un piège, et conduira de nombreux jeunes à la ruine. Faites preuve de fermeté, sinon, votre maison — c'est-à-dire votre caractère — restera fondée sur le sable. Certains se tiennent malheureusement toujours du mauvais côté, alors que le Seigneur voudrait qu'ils soient des hommes fidèles capables de distinguer le bien du mal. — Manuscrit 121, 1898. {EMS2 714.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 714.2

Eléments constitutifs du caractère — La force de caractère comprend deux choses: une volonté ferme et le pouvoir de se dominer. Beaucoup de jeunes se trompent en prenant pour de la force de caractère leurs passions incontrôlées. La vérité, c'est que celui qui est dominé par ses passions est un homme faible. La grandeur réelle et la noblesse d'un homme sont mesurées par la force des sentiments qu'*il* subjugue, et non par la force des sentiments qui *le* subjuguent. L'homme le plus fort est celui qui, bien que violemment tenté, maîtrise ses passions et pardonne à ses ennemis. De tels hommes sont de véritables héros. — Témoignages pour l'Église 1:698 (1881). {EMS2 714.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 714.3

La volonté humaine unie à la force divine — Vous pouvez devenir des hommes sur lesquels reposent de lourdes responsabilités et exercer ainsi une bonne influence si, par votre force de volonté unie à celle de Dieu, vous vous mettez sérieusement à l'œuvre. Exercez vos facultés mentales et en aucun cas ne négligez les facultés physiques. Qu'aucune paresse intellectuelle ne vous empêche d'acquérir de plus grandes connaissances. Apprenez à réfléchir aussi bien qu'à étudier, afin que vos facultés puissent se fortifier et se développer. Ne croyez jamais que vous possédez assez de connaissances et que vous pouvez relâcher vos efforts. C'est à la culture de son esprit qu'on juge un homme. Votre éducation 715doit continuer pendant toute votre vie; chaque jour vous devez apprendre et utiliser les connaissances acquises. — Témoignages pour l'Église 1:671 (1881). {EMS2 714.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 715.1

Le pouvoir de la volonté utilisée comme il convient — D'après ce que j'ai vu, nombreux sont ceux qui, apparemment faibles et constamment en train de se plaindre, ne sont pas en aussi mauvaise condition qu'ils l'imaginent. Certains d'entre eux disposent d'une volonté forte qui, si elle était employée dans le bon sens, serait un moyen puissant de dominer l'imagination et de résister ainsi à la maladie. Mais trop souvent, la volonté est mal employée et refuse obstinément de se soumettre à la raison. Cette volonté a tranché; ce sont des infirmes et comme tels ils bénéficieront de l'attention due aux infirmes — peu importe ce que pensent les autres. — Testimonies for the Church 2:524 (1870). {EMS2 715.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 715.2

Volonté et santé — On n’apprécie pas comme il convient la puissance de la volonté. Une volonté toujours en éveil et bien dirigée communique de l’énergie à l’être tout entier et contribue merveilleusement au maintien de la santé. Elle est aussi une force pour lutter contre la maladie. {EMS2 715.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 715.3

Exercée dans la bonne direction, elle règle l’imagination et devient un puissant moyen de résistance aux maladies du corps et de l’esprit. En faisant acte de volonté en ce qui concerne les principes de la vie, les malades peuvent collaborer avec le médecin en vue de leur guérison. Des milliers pourraient ainsi recouvrer la santé. Le Seigneur ne veut pas que les hommes soient malades; il aime les voir bien-portants et heureux; ce qui leur manque, c’est la volonté d’être en bonne santé. {EMS2 715.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 715.4

Les invalides résisteraient souvent à la maladie en refusant de céder à leurs souffrances et de rester inactifs. En dominant leurs malaises et leurs douleurs, en s’adonnant à un travail utile, adapté à leurs forces, ils pourraient, grâce au soleil et au grand air, retrouver la vigueur et la santé. — Le ministère de la guérison, 211 (1905). {EMS2 715.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 715.5

Pour une amélioration de la santé — Les mauvaises 716habitudes provoquent chez les humains des maladies de toute sorte. Que grâce à l’éducation, on comprenne la faute qui consiste à maltraiter et à avilir les facultés que Dieu nous a données. Que l’esprit devienne intelligent et que la volonté se range du côté du Seigneur, et la santé physique sera merveilleusement améliorée. {EMS2 715.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 716.1

Mais en aucun cas, cela ne saurait être obtenu par les forces humaines. Par des efforts énergiques et par la grâce du Christ visant à renoncer aux mauvaises habitudes et aux mauvaises fréquentations et à pratiquer la tempérance en toutes choses, on doit être constamment persuadé que la repentance à l’égard du passé, comme le pardon, doivent être recherchés auprès de Dieu par le sacrifice expiatoire du Christ. Tout cela doit faire partie de l’expérience quotidienne; on doit faire preuve d’une rigoureuse vigilance et prier sans relâche afin que toute pensée soit amenée captive à l’obéissance du Christ; son pouvoir régénérateur doit être communiqué à l’âme afin qu’en notre qualité d’êtres responsables, nous offrions nos corps au Seigneur comme un sacrifice vivant, saint, agréable à Dieu, ce qui sera de notre part un culte raisonnable. — The Medical Missionary, novembre-décembre 1892; Counsels on Health, 504, 505. {EMS2 716.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 716.2

Usage de la drogue — Certains consomment de la drogue, et parce qu’ils s’y adonnent, ils ouvrent la voie à de mauvaises habitudes qui finissent par imposer leur loi à la volonté, aux pensées et à l’homme tout entier. — Lettre 14, 1885. {EMS2 716.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 716.3

Enseigner le pouvoir de la volonté — Il faut montrer le pouvoir de la volonté, de la maîtrise de soi dans la protection et le recouvrement de la santé, le rôle déprimant et souvent désastreux de la colère, du mécontentement, de l'égoïsme, de l'impureté face à l'extraordinaire pouvoir vivifiant de la gaieté, de la générosité, de la reconnaissance. — Education, 223 (1903). {EMS2 716.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 716.4

Le Saint Esprit ne saurait se substituer à nous — L'Esprit de Dieu ne se propose pas de faire notre part, en ce qui concerne le vouloir et le faire. Cette part est celle de l'agent 717humain agissant en coopération avec les agents divins. Dès que nous inclinons notre volonté à se conformer à celle de Dieu, la grâce du Christ intervient pour collaborer avec l'agent humain; mais la grâce ne remplacera pas notre part indépendamment de nos décisions et de nos actions délibérées. Par conséquent, ce n'est ni l'abondance de lumière, ni l'accumulation des évidences qui convertiront l'âme; il faut seulement que l'agent humain accepte la lumière, qu'il fasse appel au pouvoir de la volonté, en reconnaissant ce qu'il sait être la justice et la vérité; ainsi, il coopérera avec les ministères célestes choisis par Dieu pour le salut de l'âme. — Lettre 135, 1898. {EMS2 716.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 717.1

La seule voie de salut — La volonté de l'homme n'est sauve que lorsqu'elle est unie à la volonté de Dieu. — Lettre 22, 1896; Our High Calling, 104. {EMS2 717.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 717.2

La volonté humaine doit se fondre dans celle de Dieu — Dans le conflit qui se joue présentement entre la justice et l'iniquité, nous ne pouvons triompher qu'avec l'aide divine. Notre volonté finie doit être amenée à se soumettre à la volonté du Dieu infini; l'humain doit se fondre dans le divin. Ainsi, le Saint Esprit viendra à notre aide, et chaque victoire contribuera à ce que Dieu recouvre la propriété qu'il s'est acquise et à restaurer son image dans l'âme. — The Review and Herald, 25 août 1896; Our High Calling, 153. {EMS2 717.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 717.3

Ce que fait la conversion — L'Esprit de Dieu ne crée pas de nouvelles facultés dans l'homme converti, mais il opère un changement décisif dans l'usage de ces facultés. Quand l'esprit, le cœur et l'âme sont changés, il n'est pas donné à l'homme une nouvelle conscience, mais sa volonté est soumise à une conscience renouvelée, une conscience dont la sensibilité endormie est réveillée sous l'action du Saint Esprit. — Lettre 44, 1899; Our High Calling, 104. {EMS2 717.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 717.4

Satan contrôle la volonté qui est insoumise à Dieu — Le 718Christ a dit: “Je suis descendu du ciel pour faire, non ma volonté, mais la volonté de celui qui m’a envoyé.” Jean 6:38. Sa volonté était mise en œuvre pour le salut des âmes. Sa volonté humaine se nourrissait de la volonté divine. Aujourd’hui, ses serviteurs feraient bien de se poser la question: “Quel genre de volonté est-ce que je cultive? Est-ce que je donne libre cours à mes désirs, renforçant ainsi mon égoïsme et mon obstination?” Si c’est notre cas, nous courons de gros risques, car Satan dominera toujours une volonté qui n’est pas soumise à l’Esprit de Dieu. Quand nous mettons notre volonté à l’unisson de celle de Dieu, on verra dans notre vie la sainte obéissance dont la vie du Christ nous a donné l’exemple. — Manuscrit 48, 1899; Our High Calling, 107. {EMS2 717.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 718.1

Une conscience pure — La paix intérieure et une conscience exempte de toute offense envers Dieu éveillera et vivifiera l’intelligence comme la rosée répandue sur des plantes fragiles. Ainsi, la volonté est bien dirigée et maîtrisée; elle est renforcée, tout en étant libre de toute perversité. — Testimonies for the Church 2:327 (1869). {EMS2 718.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 718.2

La volonté détermine notre destinée — L’éternité seule révélera la glorieuse destinée de l’homme régénéré à l’image de Dieu. Pour atteindre un idéal si élevé, il faut sacrifier tout ce qui est pour l’âme une occasion de chute. C’est par la volonté que le péché a prise sur l’homme. La volonté de renoncer au mal est comparée au sacrifice d’un œil ou d’une main. Matthieu 5:29, 30. Il nous semble parfois que se soumettre à la volonté de Dieu, c’est consentir à traverser l’existence en mutilé ou en infirme... {EMS2 718.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 718.3

Dieu étant la source de la vie, nous ne pouvons obtenir cette vie que si nous sommes en communion avec lui... En vous aimant vous-mêmes au point de refuser de soumettre votre volonté à Dieu, vous choisissez la mort... {EMS2 718.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 718.4

Le don de soi-même exige un sacrifice; mais c’est échanger ce qui est vil pour ce qui est noble, ce qui est terrestre pour ce qui est spirituel, ce qui est éphémère pour ce qui est éternel. 719Dieu ne souhaite pas anéantir notre volonté puisque ce n’est qu’en l’exerçant que nous pouvons accomplir ce qu’il désire de nous. Mais nous devons la lui abandonner pour qu’il nous la rende purifiée, régénérée et si étroitement unie à lui qu’il puisse répandre en nous les forces vives de son amour et de sa puissance. — Heureux ceux qui, 55. {EMS2 718.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 719.1

Prendre conscience de la vraie force de la volonté (message adressé à un jeune homme instable) — Vous serez constamment en danger aussi longtemps que vous n’aurez pas conscience de la vraie force de la volonté. Vous avez beau tout croire et tout promettre, vos

promesses et votre foi seront sans valeur tant que vous n'aurez pas engagé votre volonté à croire et à agir. Si vous combattez le combat de la foi de toutes vos forces, vous obtiendrez la victoire. Ne vous fiez pas à vos sentiments, à vos impressions et à vos émotions, car ils ne sont pas crédibles. — Testimonies for the Church 5:513 (1889). {EMS2 719.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 719.2

Contrôler sa volonté — Mais vous n'avez pas lieu de désespérer... Il vous appartient de soumettre votre volonté à la volonté de Jésus Christ, et quand vous le ferez, Dieu interviendra aussitôt et produira en vous le vouloir et le faire selon son bon plaisir. Votre nature tout entière sera alors placée sous le contrôle de l'Esprit du Christ, et vos pensées elles-mêmes lui seront soumises. {EMS2 719.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 719.3

Vous ne pouvez pas maîtriser vos impulsions et vos émotions comme vous le souhaitez; mais vous pouvez dominer votre volonté, et opérer ainsi un changement complet dans votre vie. Si vous vous soumettez à la volonté du Christ, votre vie sera cachée avec lui en Dieu et associée à la puissance qui est au-dessus de toute principauté et de toute autorité. Vous disposerez de la force venant de Dieu... et vous aurez accès à une lumière nouvelle, la lumière même de la foi vivante. Mais votre volonté doit coopérer avec celle de Dieu. — Testimonies for the Church 5:513, 514 (1889). {EMS2 719.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 719.4

Les liens qui unissent à l'énergie divine — Nous sommes 720ouvriers avec Dieu. Telle est la sage disposition que le Seigneur a prise. La coopération de la volonté et des efforts humains associés à l'énergie divine est le lien qui unit étroitement l'homme à Dieu. L'apôtre Paul déclare: "Nous sommes ouvriers avec Dieu. Vous êtes le champ de Dieu, l'édifice de Dieu." 1 Corinthiens 3:9. L'homme doit agir avec les facultés que Dieu lui a données. "Travaillez à votre salut avec crainte et tremblement... Car c'est Dieu qui opère en vous le vouloir et le faire selon son dessein bienveillant." Philippiens 2:12, 13. — Manuscrit 113, 1898. {EMS2 719.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 720.1

Quand la volonté est placée du côté du Seigneur, le Saint Esprit prend cette volonté et l'unit à la volonté divine. — Lettre 44, 1899. {EMS2 720.1}

Section 15 — Mauvais systèmes de thérapie

Chapitre 77 — La pseudo-science*

Voir vol. 1, chapitre 3: “Dangers de la psychologie”.

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 723.1

L’œuvre de Dieu et la science — Les connaissances humaines, tant dans le domaine matériel que dans le domaine spirituel, sont partielles et imparfaites; il s’ensuit que plusieurs sont incapables de faire concorder leurs notions scientifiques avec les Ecritures. Bien des gens qui ont accepté de simples théories, de pures hypothèses, pour des faits scientifiques, s’imaginent que leur “science faussement ainsi nommée” est le critère par lequel il faut éprouver la Parole de Dieu. Et comme le Créateur et ses œuvres dépassent leur intelligence et qu’ils ne peuvent les expliquer par les lois de la nature, ils en concluent que l’histoire sacrée n’est pas digne de créance. Ceux qui doutent de la véracité des récits de l’Ancien et du Nouveau Testament font trop souvent un pas de plus: ils en viennent à douter de l’existence de Dieu et attribuent à la nature la puissance de l’Etre suprême. Leur ancre lâchée, ils vont se briser contre les récifs de l’incrédulité. — La tragédie des siècles, 569, 570 (1911). {EMS2 723.1}

724

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 724.1

Plus que la science du monde — Allons à la Parole de Dieu pour être guidés par elle. Recherchons ce que dit le Seigneur. Nous en avons assez des méthodes humaines. Une intelligence entraînée seulement à la science du monde sera impuissante à comprendre les choses de Dieu; mais la même intelligence, convertie et sanctifiée, verra la puissance divine de la Parole. Seuls un esprit et un cœur purifiés par l’opération du Saint Esprit peuvent discerner les choses célestes. — Ministère évangélique, 303 (1915). {EMS2 724.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 724.2

Satan tire profit de la science — J’ai vu que de tous côtés nous devons être sur le qui-vive et résister sans cesse aux insinuations et aux pièges de Satan. Car il s’est changé en ange de lumière, il trompe des milliers de gens et les réduit en esclavage. Le profit qu’il tire de la science de l’esprit humain est considérable. Comme un serpent, il se glisse furtivement dans l’œuvre de Dieu pour y semer le trouble. Il voudrait que les miracles et les œuvres du Christ apparaissent comme étant le fruit de l’habileté et de la puissance humaines. {EMS2 724.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 724.3

Si Satan lançait une attaque ouverte et franche contre le christianisme, cela plongerait les chrétiens dans l’angoisse et les conduirait aux pieds du Rédempteur dont la force et la puissance mettraient l’audacieux adversaire en fuite. C’est pourquoi il se déguise en ange de lumière et agit sur l’esprit pour détourner les humains de l’unique droit chemin. Les sciences de la phrénologie, de la psychologie et du mesmérisme*

Voir Note figurant au vol. 1, chapitre 3.

sont les canaux par lesquels le malin s'introduit directement auprès de cette génération et agit avec la puissance qui caractérise ses efforts près de la fin du temps de grâce. — Testimonies for the Church 1:290 (1862). {EMS2 724.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 724.4

Satan agit en connaissance de cause — Pendant des milliers d'années, Satan a pu étudier les facultés de l'esprit humain, ce qui lui a permis de les bien connaître. Dans ces derniers 725jours, par ses manœuvres subtiles, il enchaîne l'esprit humain à son propre esprit et lui insuffle ses pensées; et il le fait d'une manière si trompeuse que ceux qui acceptent de se laisser guider par lui ne se rendent pas compte qu'ils sont à sa merci. Le grand séducteur espère ainsi égarer les esprits des hommes et des femmes de façon que seule sa voix soit entendue. — Lettre 244, 1907; Medical Ministry, 111. {EMS2 724.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 725.1

De nouvelles théories — La lumière de la vérité que Dieu veut faire connaître aux humains à notre époque n'est pas celle que les hommes savants cherchent à enseigner, car dans leurs recherches, ceux-ci arrivent souvent à des conclusions erronées, et en étudiant de nombreux auteurs, ils se sont laissé séduire par des théories d'origine satanique. Satan, déguisé en ange de lumière, offre à l'étude de l'esprit humain des sujets qui paraissent très intéressants et qui sont pleins de mystères scientifiques. En approfondissant de tels sujets, les hommes sont conduits à accepter des conclusions erronées et à faire cause commune avec des esprits séducteurs en promouvant de nouvelles théories qui détournent de la vérité. — Testimonies for the Church 9:67, 68 (1909). {EMS2 725.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 725.2

De pures conjectures — Celui qui connaît Dieu et sa parole croit fermement à la divinité des saintes Ecritures. Il ne juge pas la Bible à la lumière des idées de la science, mais il mesure ces idées-là d'après la norme infaillible. Il sait que la parole de Dieu est la vérité, et que la vérité ne saurait se contredire; quel que soit l'élément sur lequel les enseignements de la prétendue science contredisent la vérité de la révélation divine, cet élément n'est qu'une conjecture humaine. — Testimonies for the Church 8:325 (1904). {EMS2 725.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 725.3

Une contrefaçon de la vérité — Il n'y a que deux camps. Satan agit avec sa puissance tortueuse, trompeuse, et par de puissantes séductions; il se saisit de tous ceux qui ne demeurent pas dans la vérité, qui lui ont fermé leurs oreilles et se sont tournés vers des fables. Lui-même ne demeure pas dans 726la vérité; il est le mystère de l'iniquité. Par ses stratagèmes, il donne à ses erreurs qui détruisent les âmes l'apparence de la vérité. C'est en cela que réside leur puissance d'égarement. {EMS2 725.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 726.1

C’est parce qu’ils sont une contrefaçon de la vérité que le spiritisme, la théosophie et autres tromperies semblables ont un tel pouvoir sur les esprits des hommes. En cela réside l’œuvre magistrale de Satan. Il prétend être le sauveur de l’homme, le bienfaiteur du genre humain; c’est ainsi qu’il peut plus facilement séduire ses victimes en vue de leur destruction. — Special Testimonies, Series A 9 (24 septembre 1897); Testimonies to Ministers and Gospel Workers, 365. {EMS2 726.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 726.2

Les artifices du diable — De nos jours, les magiciens du paganisme se retrouvent chez les médiums, les voyantes, les diseuses de bonne aventure. Les voix occultes qui parlèrent à Endor et à Ephèse continuent à égarer les enfants des hommes. Si le voile qui est placé devant nos yeux pouvait être levé, nous verrions les anges de Satan déployer tous leurs artifices pour nous tromper et nous perdre. Le diable exerce ses séductions partout où se fait sentir une influence quelconque pour amener les humains à oublier Dieu. Lorsque l’on cède à cette dangereuse influence, l’esprit s’égare et l’âme se pervertit avant même que l’on en soit conscient. L’exhortation que l’apôtre adressa à l’église d’Ephèse devrait servir aujourd’hui d’avertissement au peuple de Dieu: “Ne prenez point part aux œuvres infructueuses des ténèbres, mais plutôt condamnez-les!” Ephésiens 5:11. — Conquérants pacifiques, 256, 257 (1911). {EMS2 726.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 726.3

Sur le terrain de Satan — Nous devons rester étroitement attachés à la Parole de Dieu. Nous avons besoin de ses avertissements, de ses encouragements, de ses mises en garde et de ses promesses. Nous avons besoin du parfait exemple qu’elle nous offre de la vie et du caractère de notre Sauveur. Les anges de Dieu veilleront sur son peuple aussi longtemps qu’il marchera dans le chemin du devoir; mais une telle protection n’est nullement assurée à ceux qui s’aventurent sur le terrain de Satan. {EMS2 726.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 726.4

Un agent du grand séducteur dira et fera tout ce qui est en 727son pouvoir pour atteindre son objectif. Peu lui importe qu’il se dénomme spirite “thérapeute électrique” ou “magnétiseur”. Par ses prétentions trompeuses, il gagne la confiance des personnes qui ne se tiennent pas sur leurs gardes. Il prétend lire les pages de la vie des êtres humains et comprendre toutes les difficultés et toutes les épreuves de ceux qui ont recours à lui. {EMS2 726.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 727.1

En se déguisant en ange de lumière, bien que l’obscurité la plus sombre soit dans son cœur, il témoigne d’un grand intérêt pour les femmes qui recherchent ses conseils. Il leur dit que tous leurs problèmes viennent de leur échec dans le mariage. Il se peut que ce soit vrai, mais cela n’améliore pas leur condition. Il leur dit qu’elles ont besoin d’amour et de sympathie. Feignant de rechercher sincèrement leur bonheur, il ensorcelle ses victimes sans défiance, en les charmant comme le serpent charme l’oiseau tremblant. Puis elles ne tardent pas à tomber

complètement sous sa coupe, et il en résulte le péché, la disgrâce et la ruine. — Christian Temperance and Bible Hygiene, 116 (1890). {EMS2 727.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 727.2

Les “forces latentes” du cerveau humain — Les disciples de la plupart des formes du spiritisme prétendent posséder un pouvoir de guérison. Ils attribuent ce pouvoir à l’électricité, au magnétisme, aux remèdes dits de compassion, ou aux forces latentes du cerveau de l’homme. Ils sont nombreux ceux qui, à notre époque, vont consulter ces guérisseurs, au lieu de mettre leur confiance dans le Dieu vivant, ou dans l’habileté de médecins qualifiés. {EMS2 727.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 727.3

La mère qui veille au chevet de son enfant malade s’écrie: “Je ne puis plus rien faire! N’y a-t-il aucun médecin qui soit capable de le guérir?” On lui a parlé de cures merveilleuses opérées par certains guérisseurs, certains magnétiseurs, et elle confie son cher enfant aux soins de l’un d’entre eux, le plaçant ainsi entre les mains de Satan aussi sûrement que si cet ennemi était auprès d’elle. Dans de nombreux cas, il arrive que l’enfant continue à être sous le contrôle d’une puissance satanique, qu’il ne semble pas possible de vaincre. — Prophètes et rois, 158 (1917). Voir aussi Témoignages pour l’Église 2:56; Evangelism, 545. {EMS2 727.3}

728

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 728.1

Les courants électriques de Satan — Les agents de Satan prétendent guérir les maladies. Ils attribuent leur pouvoir à l’électricité, au magnétisme ou à ce qu’il est convenu d’appeler les “remèdes de compassion”, alors qu’en fait, ils servent de fils conducteurs pour le courant électrique de Satan qui, par ce moyen, ensorcelle les corps et les âmes. — The Signs of the Times, 24 mars 1887; Evangelism, 545. {EMS2 728.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 728.2

Avantages illusoires — Ceux qui s’abandonnent à la sorcellerie de Satan peuvent se vanter des grands avantages qu’ils ont reçus par ce moyen, mais cela prouve-t-il la sagesse ou la sûreté de leur attitude? Une prolongation de vie? Un gain temporel? Cela compensera-t-il en fin de compte le mépris de la volonté de Dieu? Tout ce profit apparent se soldera finalement par une perte irréparable. Nous ne pouvons impunément abattre une seule des barrières que Dieu a élevées pour protéger son peuple de la puissance de Satan. — Témoignages pour l’Église 2:63, 64 (1882). {EMS2 728.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 728.3

La curiosité — un piège — Parallèlement à la prédication de l’Evangile, une œuvre se poursuit par l’intermédiaire d’esprits mensongers. On joue d’abord, par simple curiosité, avec ces esprits, mais on est vite leurré lorsqu’on aperçoit à l’œuvre une puissance surhumaine, et l’on ne peut plus alors échapper au contrôle direct d’une volonté étrangère. {EMS2 728.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 728.4

Les barrières qui protègent l'âme sont renversées. Plus de digue contre le péché. Personne ne prévoit, alors, à quel degré de corruption il atteindra s'il repousse la protection de la Parole de Dieu et s'il rejette son Esprit. — Jésus Christ, 242 (1898). {EMS2 728.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 728.5

Science et révélation — Les recherches scientifiques ont fait la perte d'un grand nombre de personnes. Dieu a permis que, par les découvertes faites dans les sciences et dans les arts, un torrent de lumière se répande sur le monde. Mais si Dieu ne les guide pas dans leurs recherches, les plus puissants génies eux-mêmes se perdent en voulant chercher les rapports existant entre la science et la révélation. — La tragédie des siècles, 569 (1911). {EMS2 728.5}

729

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 729.1

Jésus Christ et la science — Un ministre de l'Evangile a dit un jour qu'à son avis le Christ devait avoir une certaine connaissance de la science. Mais à quoi ce prédicateur pensait-il? La science! Le Christ aurait pu ouvrir l'une après l'autre les portes de la science. Il aurait pu révéler aux hommes des trésors de science dont ils auraient fait leurs délices jusqu'à nos jours. Mais sachant que cette connaissance aurait été utilisée à un mauvais usage, il n'en a pas ouvert la porte. — Manuscrit 105, 1901; Medical Ministry, 116. {EMS2 729.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 729.2

Les sombres heures de l'épreuve — Cette nuit où les disciples étaient à bord de leur embarcation fut pour eux une école où ils devaient recevoir leur éducation en vue de la grande œuvre qu'ils allaient accomplir par la suite. Chacun doit traverser les sombres heures de l'épreuve comme faisant partie de son éducation pour une œuvre supérieure, en vue d'un effort plus total, plus consacré. La tempête ne s'abattit pas sur les disciples pour qu'ils fassent naufrage, mais pour qu'ils soient mis à l'épreuve individuellement... {EMS2 729.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 729.3

Bientôt, l'heure de notre éducation sera passée. Ne perdons pas notre temps à marcher à travers les nuages du doute et de l'incertitude... Nous pouvons nous tenir auprès de Jésus. Que nul... ne se soustraie à une seule leçon pénible; quel nul ne se prive du bienfait résultant d'une douloureuse discipline. — Lettre 13, 1892; Our High Calling, 56. {EMS2 729.3}

730

Chapitre 78 — L'emprise d'une personne sur une autre*

Voir chapitre 41, "Les dangers de l'hypnotisme".

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 730.1

Les esprits asservis par la corruption — Toutes les formes de la corruption, comme au temps des antédiluviens, se donneront libre cours et captiveront les esprits. L'exaltation de la nature que l'on déifie, les divagations de la volonté humaine, l'opinion des impies, tout sera employé par Satan pour atteindre son but. Et le plus triste, c'est que, placés sous cette influence d'égarement, les hommes auront l'apparence de la piété sans être en communion réelle avec Dieu. Comme Adam et Eve, qui mangèrent le fruit de l'arbre de la connaissance du bien et du mal, beaucoup se nourrissent aujourd'hui de théories erronées. — Témoignages pour l'Église 3:324, 325 (1904). {EMS2 730.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 730.2

Une science dangereuse — J'ai parlé clairement à propos d'une science dangereuse qui dit qu'une personne doit abandonner son esprit au pouvoir d'une autre. Cette science est la science même du démon. — Lettre 130, 1901. {EMS2 730.2}

731

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 731.1

Influences mentales et guérison — Dans les soins donnés aux malades, l'effet des influences mentales ne doit pas être négligé, car elles sont un des moyens les plus efficaces pour combattre le mal. {EMS2 731.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 731.2

Il y a pourtant une forme de prétendue guérison mentale, ou psychothérapie, qui constitue l'un des plus puissants auxiliaires du mal. Par cette pseudo-science, un esprit en domine un autre, de telle façon que l'individualité du plus faible est absorbée par celle du plus fort, et que la volonté de l'un est soumise à celle de l'autre. On prétend modifier ainsi le cours des pensées. Une vertu guérissante serait communiquée aux malades, qui pourraient résister à la maladie et arriver à la vaincre. {EMS2 731.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 731.3

Cette méthode de traitement a été employée par des personnes qui ignoraient sa nature réelle et croyaient à son efficacité. Mais cette fausse science s'appuie sur des principes erronés. Elle est étrangère à la nature et à l'esprit du Christ, et ne conduit pas à celui qui est le salut et la vie. Un individu qui attire à lui l'esprit de ses semblables les éloigne de la véritable source de leur puissance. {EMS2 731.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 731.4

La volonté de Dieu n'est pas qu'un être humain soumette sa volonté à celle d'un autre, et devienne un instrument passif entre ses mains. Nul ne doit laisser son individualité se fondre dans celle de l'un de ses semblables, et croire qu'un être humain est une source de guérison; il ne faut compter que sur Dieu. Conscient de sa dignité d'homme, chacun devrait être dirigé par le Créateur lui-même et jamais par une intelligence humaine quelconque. {EMS2 731.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 731.5

Dieu veut que l'homme soit en relations directes avec lui; mais il n'en respecte pas moins le principe de la responsabilité individuelle. Il cherche à développer en nous le sentiment de notre dépendance à son égard, et à nous convaincre que nous avons besoin dans la vie d'un guide sûr. Il désire associer l'humanité à la divinité, afin que nous soyons transformés à sa ressemblance. Mais Satan s'efforce de contrecarrer ce plan et d'encourager chez l'homme la confiance en l'homme. Lorsque les esprits se détournent de Dieu, c'est alors que le 732Tentateur réussit à les amener sous sa loi et à les dominer. — Le ministère de la guérison, 207, 208 (1905). {EMS2 731.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 732.1

Un soulagement temporaire — Il ne devrait être permis à personne de dominer l'esprit d'un autre, sous prétexte que celui-ci en tirerait grand profit. La guérison mentale est l'une des plus dangereuses tromperies qui puisse être pratiquée sur quelqu'un. On peut en éprouver un soulagement temporaire, mais l'esprit de celui qui est ainsi dominé ne sera plus jamais aussi fort et aussi fiable. Il se peut que nous soyons aussi faibles que la femme qui toucha le bord du vêtement de Jésus; mais si nous saisissons l'occasion que Dieu nous donne de nous approcher de lui avec confiance, il répondra aussi rapidement qu'il l'a fait à cet attouchement de la foi. {EMS2 732.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 732.2

Il n'entre pas dans le plan de Dieu que quelque être humain que ce soit soumette son esprit à une autre personne. Le Christ ressuscité, qui désormais est assis sur le trône à la droite du Père, est le tout-puissant Guérisseur. C'est vers lui qu'il faut se tourner car il est la source de guérison. Par lui seul les pécheurs peuvent venir à Dieu tels qu'ils sont. Ils ne sauraient y venir par l'entremise d'aucun esprit humain. Aucun agent ne doit s'interposer entre les agents célestes et ceux qui souffrent. — Manuscrit 105, 1901; Medical Ministry, 115, 116. {EMS2 732.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 732.3

Faire contempler ce qui est divin — Nous avons mieux à faire que de chercher à dominer l'humanité par l'humanité. Le médecin devrait détourner les regards de ses malades de ce qui est humain pour qu'ils contemplent ce qui est divin. Au lieu de leur dire de compter sur leurs semblables pour soigner leur âme et leur corps, dirigeons leurs pensées vers Celui qui peut sauver parfaitement tous ceux qui viennent à lui. Dieu qui a fait l'esprit de l'homme sait ce dont celui-ci a besoin. Lui seul peut guérir. Ceux dont l'esprit et le corps sont malades devraient aller au Christ qui est le restaurateur par excellence. "Car je vis, dit-il, et vous vivrez aussi." Jean 14:19. {EMS2 732.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 732.4

C'est la vie qui faut présenter aux malades. Qu'on leur dise 733que s'ils ont la foi en Jésus, s'ils collaborent avec lui, s'ils se conforment aux lois de la santé et recherchent la sanctification, il

leur communiquera sa vie. En leur faisant connaître le Sauveur sous cet aspect, on leur procurera une force d'une grande valeur, car elle vient d'en haut. Telle est la véritable science de la guérison du corps et de l'esprit. — Le ministère de la guérison, 209 (1905). {EMS2 732.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 733.1

Des êtres humains — non des automates — L'éducation d'un être humain doué de raison n'a rien à voir avec le dressage d'un animal. Celui-ci apprend uniquement à se soumettre à son maître, qui est pour lui l'intelligence et la volonté. Cette méthode, employée parfois avec les enfants, fait d'eux des sortes d'automates: leur esprit, leur volonté, leur conscience sont soumis à quelqu'un d'autre. {EMS2 733.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 733.2

Ce n'est pas le dessein de Dieu qu'un esprit soit ainsi asservi. Ceux qui affaiblissent ou détruisent l'individu endossent des responsabilités lourdes de conséquences. Les enfants qui se plient à l'autorité peuvent ressembler à des soldats bien entraînés; mais quand elle n'est plus là, on constate que leur caractère manque de force, de fermeté. Ils n'ont jamais appris à se diriger eux-mêmes et ne connaissent aucune contrainte, sinon les exigences de leurs parents, de leurs maîtres; loin d'elles, ils ne savent comment user de leur liberté et souvent se laissent aller à une faiblesse désastreuse. — Education, 320 (1903). {EMS2 733.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 733.3

L'individualité de chacun doit être respectée — Dans les questions de conscience l'âme doit être sans entraves. Personne ne doit dominer sur l'esprit de quelqu'un, se faire juge à sa place, ou lui prescrire son devoir. Dieu accorde à chaque âme la liberté de pensée et la possibilité de se conformer à ses convictions personnelles. "Chacun de nous rendra compte (à Dieu) pour lui-même." Personne n'a le droit de fondre sa propre individualité dans celle d'un autre. Partout où un principe est enjeu, "que chacun ait dans sa propre pensée une pleine conviction". Romains 14:12, 5. Le royaume des cieux ne souffre aucune contrainte, aucune domination 734intolérante. Les anges du ciel ne viennent pas sur la terre pour gouverner et exiger des hommages, mais en qualité de messagers de miséricorde pour coopérer au relèvement de l'humanité. — Jésus Christ, 544 (1898). {EMS2 733.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 734.1

Les esprits humains ne doivent pas être asservis, attachés et conduits par des mains humaines. — Manuscrit 43, 1895. {EMS2 734.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 734.2

Il faut exercer l'individualité — Dieu permet à chacun de manifester son individualité. Aucun esprit humain ne doit étouffer l'esprit d'un autre esprit humain... Vouloir imiter l'exemple de quelque être humain — même si à nos yeux nous le considérons comme ayant un caractère presque parfait — serait placer notre confiance dans un être humain imparfait, faillible,

incapable de communiquer à une autre personne un seul iota ou un seul trait de lettre de perfection. — Lettre 20, 1902; Our High Calling, 108. {EMS2 734.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 734.3

L'unité ne signifie pas l'effacement de l'identité — Nous devons nous unir... Toutefois, souvenons-nous que l'unité chrétienne ne signifie pas que l'identité d'une personne doit se fondre dans celle d'une autre, ni que l'esprit d'un être humain doit être dirigé et dominé par l'esprit d'un autre être humain. Dieu n'a donné à personne le pouvoir que certains, en paroles et en actes, entendent revendiquer. Le Seigneur demande à tout homme de rester libre et de suivre les directives de la Parole. — Testimonies for the Church 8:212 (1904). {EMS2 734.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 734.4

Se soumettre à Dieu et non à une personne*

Voir vol. 1, chapitre 29: "Dépendance et indépendance".

. — Vous appartenez à Dieu, corps, âme et esprit. Votre esprit lui appartient, de même que vos talents. Nul n'a le droit de dominer l'esprit d'un autre et de juger à sa place pour lui prescrire quel est son devoir. Dans l'accomplissement du service de Dieu, certains droits appartiennent à chaque individu. Nul n'est habilité à nous priver de ces droits, pas plus 735qu'il est autorisé à nous ôter la vie. Dieu nous a donné la liberté de pensée, et il nous appartient de nous conformer à ce que nous estimons être notre devoir. Nous ne sommes que des êtres humains; or, un esprit humain n'a aucun pouvoir de juridiction sur la conscience d'un autre être humain... Chacun de nous possède une individualité et une identité qui ne sauraient abdiquer devant qui que ce soit. Nous sommes individuellement l'ouvrage de Dieu. — Lettre 92, 1895. {EMS2 734.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 735.1

La rôle des ministres de l'Evangile — Dieu seul est le guide de la concience de l'homme. La vérité doit être prêchée partout où une ouverture se présente. La Parole de Dieu doit être expliquée à ceux qui ne connaissent pas la vérité. Tel est le rôle des ministres de Dieu. Ils ne doivent pas enseigner aux hommes à regarder à eux, ni chercher à dominer la conscience des autres. "Si quelqu'un d'entre vous manque de sagesse, qu'il la demande à Dieu qui donne à tous libéralement et sans faire de reproche, et elle lui sera donnée. Mais qu'il la demande avec foi, sans douter; car celui qui doute est semblable au flot de mer, que le vent agite et soulève. Qu'un tel homme ne pense pas qu'il recevra quelque chose du Seigneur: c'est un homme irrésolu, inconstant dans toutes ses voies." Jacques 1:5-8. — Lettre 26, 1907. {EMS2 735.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 735.2

Ne pas s'appuyer sur la chair — Nous cherchons souvent auprès de nos semblables de la sympathie et des encouragements qui ne se trouvent qu'en Jésus. Dans sa miséricorde et sa fidélité, Dieu permet souvent que ceux en qui nous plaçons notre confiance nous fassent défaut, afin que nous comprenions combien il est insensé de compter sur l'homme. Ayons en Dieu une

foi implicite, humble, exempte de tout égoïsme. — Le ministère de la guérison, 420 (1905). {EMS2 735.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 735.3

Satan prend le contrôle — Encourager la science de la guérison mentale, c'est ouvrir une porte par laquelle Satan entrera pour s'emparer de l'esprit et du cœur. Le malin domine à la fois l'esprit qui a capitulé devant le pouvoir d'un autre et 736l'esprit qui exerce ce pouvoir. Que Dieu nous aide à comprendre la vraie science qui consiste à bâtir sur le Christ, notre Sauveur et notre Rédempteur. — Lettre 130, 1901; Our High Calling, 109. {EMS2 735.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 736.1

Limites imposées à Satan — La protection des intérêts vitaux qui vous concernent personnellement est entre vos mains. Nul ne peut leur nuire sans votre consentement. Toutes les légions sataniques ne peuvent vous faire du mal si vous n'offrez pas votre âme aux artifices et aux flèches de Satan. Votre perte n'arrivera jamais, à moins que vous n'y consentiez. Si votre propre esprit n'est pas pollué, toute la corruption qui vous entoure ne saurait vous entacher ou vous souiller. — Lettre 14, 1885; Our High Calling, 94. {EMS2 736.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 736.2

Satan ne peut affecter l'esprit ou l'intelligence à moins que nous ne les soumettions à son pouvoir. — Manuscrit 17, 1893; The S.D.A. Bible Commentary 6:1105. {EMS2 736.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 736.3

Ce n'est pas la foi en Jésus — L'acceptation de la vérité d'origine céleste soumet l'esprit au Christ. Ainsi, la santé de l'âme qui résulte de l'acceptation des purs principes et de l'obéissance à ces derniers se traduit en paroles et en actes de justice. La foi qui produit cela n'est pas celle qui accepte qu'un esprit domine un autre esprit au point qu'une personne agit selon la volonté d'une autre. Les membres d'Eglise qui souscrivent à cette science-là ont beau être considérés comme ayant une foi saine, ce n'est pas la foi en Jésus Christ. Il s'agit d'une foi dans l'œuvre que Satan réalise. Le malin montre des erreurs monumentales, et au moyen des miracles qu'il accomplit, nombreux sont ceux qu'il égare. Il agira ainsi de plus en plus. Une Eglise saine est composée de membres sains, d'hommes et de femmes qui ont fait l'expérience de la vraie piété. — Lettre 130, 1901. {EMS2 736.3}

737

Chapitre 79 — Les dangers de l'hypnotisme*

Voir chapitre 40: “L’emprise d’une personne sur une autre”.

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 737.1

Mise en garde — En ces jours où le scepticisme et l’incrédulité se présentent si souvent sous le manteau de la science, nous devons nous tenir sur nos gardes. Par ce moyen notre grand adversaire séduit des milliers de personnes et les rend captives de sa volonté. Il tire un immense avantage des sciences qui s’occupent de l’esprit humain; il se glisse comme un serpent, d’une manière imperceptible, pour corrompre l’œuvre de Dieu. {EMS2 737.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 737.2

C’est avec beaucoup d’habileté que Satan s’introduit au moyen des sciences. Au moyen de la phrénologie, de la psychologie**

Note: Pour apprécier comme il convient l’usage que l’auteur fait du mot *psychologie*, le lecteur doit tenir compte de la connotation de ce terme entre les années 1850 et 1880, lequel était fréquement associé à la notion de mesmérisme (hypnose) et de phrénologie. Voir la note explicative qui figure aux pages 740 à 742 Voir aussi vol. 1, chapitre 2: “Le chrétien et la psychologie” et vol. 1, chapitre 3, “Dangers de la psychologie”.

et du mesmérisme, il entre plus directement en contact avec notre génération, et il agit avec la puissance qui 738doit caractériser ses efforts vers la fin du temps de grâce. Des milliers d’esprits ont été empoisonnés de cette manière et entraînés dans l’incrédulité. {EMS2 737.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 738.1

Alors que l’on croit qu’un esprit peut en influencer un autre d’une manière étonnante, Satan, toujours prêt à profiter de toutes les occasions, s’insinue et travaille à droite et à gauche. Les adeptes de ces sciences les portent aux nues en raison des puissants et bons effets qu’ils leur attribuent, sans soupçonner quelle force malfaisante ils favorisent — une puissance qui doit encore se déployer avec des signes et des prodiges trompeurs, avec toutes les séductions de l’iniquité. Cher lecteur, prenez bien note de l’influence exercée par ces sciences, car le conflit entre le Christ et Satan n’est pas terminé... {EMS2 738.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 738.2

Les personnes qui négligent la prière en viennent à compter sur leur propre force, ce qui ouvre la porte à la tentation. Souvent l’imagination se laisse captiver par des recherches scientifiques et les hommes se sentent flattés de posséder de si éminentes facultés. On exalte beaucoup les sciences qui traitent de l’esprit humain. Elles ont leur bon côté*

Voir la Note explicative p. 674 à 677.

, mais Satan s’en empare et en fait des instruments puissants pour séduire et détruire les âmes. Ses artifices sont reçus comme des dons du ciel; il reçoit ainsi l’adoration qu’il recherche. Le monde n’a jamais été aussi corrompu que maintenant, alors que l’on s’imagine retirer tant d’avantages de la phrénologie et du magnétisme animal. Ces sciences détruisent la vertu et jettent les bases du spiritisme. — The Signs of the Times, 6 novembre 1884; Messages choisis 2:402, 403. {EMS2 738.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 738.3

Une tromperie dangereuse entre toutes — La théorie de la domination de l’esprit par l’esprit vient de Satan qui cherche à substituer la philosophie humaine à la philosophie divine. De toutes les erreurs acceptées par ceux qui se disent chrétiens, il n’en est pas de plus trompeuse et de plus dangereuse, et qui réussisse mieux à séparer l’homme de Dieu. Quelque innocente qu’elle puisse paraître, elle tend à la perte et non à 739la guérison des malades. Elle permet à Satan de prendre possession à la fois de l’esprit qui se soumet à un autre et de celui qui le soumet. — Le ministère de la guérison, 208, 209 (1905). {EMS2 738.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 739.1

Adam et Eve hypnotisés — Satan tenta Adam dans le jardin d’Eden, et Adam engagea la discussion avec l’ennemi, lui donnant ainsi l’avantage. Satan exerça son pouvoir d’hypnotisme sur Adam et Eve, pouvoir qu’il chercha aussi à exercer sur le Christ. Mais une fois que les paroles de l’Ecriture eurent été citées, Satan sut qu’il n’avait aucune chance de l’emporter. — Lettre 159, 1903; The S.D.A. Bible Commentary 5:1081. {EMS2 739.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 739.2

Ne pas frayer avec l’hypnotisme — Les hommes et les femmes ne doivent pas étudier la science qui consiste à savoir comment capter les esprits de ceux avec lesquels ils sont en contact. C’est la science que Satan enseigne. Nous devons refuser tout ce qui lui ressemble. Nous ne devons frayer ni avec le mesmérisme ni avec l’hypnotisme, sachant qu’il s’agit de la science de celui qui perdit sa première condition et fut chassé des parvis célestes. — Manuscrit 86, 1905; Medical Ministry, 110, 111. {EMS2 739.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 739.3

Message adressé à un médecin favorable à l’hypnotisme — Votre cas me préoccupe à tel point que je dois continuer à vous écrire, de peur que, dans votre aveuglement, vous ne compreniez pas en quoi vous avez besoin de vous réformer. J’ai vu que vous cultiviez des idées que Dieu vous a interdites. Je les désignerai comme étant une forme de guérison mentale. Vous croyez pouvoir employer cette méthode dans l’exercice de votre profession de médecin. Des paroles furent prononcées en forme de sévère mise en garde: Attention, attention où vous mettez vos pieds et où votre esprit est engagé. Dieu ne vous a pas confié une telle œuvre. La théorie selon laquelle un esprit peut dominer un autre esprit vient de Satan qui se présente comme le maître d’œuvre, afin de placer la philosophie humaine là où devrait être la philosophie divine. {EMS2 739.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 739.4

Aucun homme, aucune femme ne devrait se servir de sa 740volonté pour dominer les sens ou la raison d'une autre personne, au point que l'esprit de cette dernière est totalement assujetti à la volonté de celle qui la domine. Cette science peut paraître magnifique; mais c'est une science qu'il ne faut utiliser à aucun prix... Vous avez mieux à faire que de mettre en œuvre la domination d'une nature humaine sur une autre. {EMS2 739.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 740.1

Je dresse le signal "Danger". La seule sécurité et la vraie guérison mentale impliquent beaucoup de choses. Le médecin doit enseigner aux gens à détourner leurs regards de l'humain et à le fixer sur le divin. Celui qui a fait l'esprit de l'homme sait exactement ce dont l'esprit a besoin. — Lettre 121, 1901; Medical Ministry, 111, 112. {EMS2 740.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 740.2

Apparences trompeuses — En adoptant la science que vous avez commencé à préconiser, vous dispensez une éducation qui n'est pas sans danger, ni pour vous ni pour ceux que vous enseignez. Il est dangereux d'influencer les esprits avec la science de la guérison mentale. {EMS2 740.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 740.3

Cette science peut vous sembler très précieuse, mais pour vous et pour les autres c'est une tromperie dont Satan est l'auteur. C'est le charme du serpent qui finit par piquer et entraîne la mort spirituelle. Elle englobe beaucoup de choses apparemment merveilleuses, mais elle est étrangère à la nature et à l'esprit du Christ. Une telle science ne conduit pas à Celui qui est la vie et le salut... {EMS2 740.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 740.4

Au début de mon ministère, j'ai été confrontée à la science de la guérison mentale. Je fus envoyée de lieu en lieu pour dénoncer la fausseté de cette théorie à laquelle un si grand nombre donnaient leur adhésion. Cette idée de la guérison mentale s'était introduite tout à fait innocemment — dans le but de soulager l'esprit de malades nerveux, mais avec quels tristes résultats! C'est alors que le Seigneur m'envoya d'une localité à une autre pour stigmatiser tout ce qui concerne cette science. — Lettre 121, 1901; Medical Ministry, 112, 113. {EMS2 740.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 740.5

Ne conduit pas à la guérison, mais à la destruction — Je désire vous parler clairement. Vous avez entrepris une œuvre 741qui n'a pas sa place dans celle d'un médecin chrétien ni dans le rôle de nos établissements de santé. Aussi inoffensive qu'elle paraisse, cette guérison mentale, lorsqu'elle est expérimentée sur des patients, aboutira, à la longue, non à leur guérison, mais à leur destruction. La seconde épître à Timothée, chapitre 3, parle de personnes qui souscrivent à l'erreur, au point qu'un esprit exerce une emprise totale sur un autre esprit. Or, Dieu condamne

une telle pratique. La guérison mentale est une des sciences de Satan par excellence, et il importe que nos médecins soient pleinement conscients du vrai caractère de cette science, car par elle ils seront confrontés à de grandes tentations. Il ne faut pas permettre que cette science bénéficie de la plus petite place qui soit dans nos sanatoriums. {EMS2 740.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 741.1

Dieu n'a pas donné un seul rayon de lumière ou un seul encouragement pour que nos médecins entreprennent l'œuvre qui consiste dans la domination d'un esprit par un autre esprit au point que l'un agit entièrement selon la volonté de l'autre. Apprenons quels sont les méthodes et les objectifs de Dieu. Ne laissez pas l'ennemi obtenir sur vous le moindre avantage. Ne permettez pas qu'il vous incite à essayer de dominer l'esprit d'un autre au point que ce dernier deviendrait une machine entre vos mains. Cette science-là est l'œuvre de Satan. — Lettre 121, 1901, p. 1; Medical Ministry, 113, 114. {EMS2 741.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 741.2

Second message adressé à des médecins qui pratiquaient l'hypnotisme — Frère et sœur N., au nom du Seigneur je vous adjure de vous souvenir que si vous ne modifiez pas votre point de vue touchant la cure mentale, si vous ne comprenez pas que vous avez absolument besoin d'éprouver une conversion et une transformation de vos esprits, vous serez des pierres d'achoppement — un misérable spectacle pour les anges et les hommes. {EMS2 741.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 741.3

La vérité n'a que peu d'influence sur vous. Il y a danger pour qui que ce soit, même pour la meilleure personne, d'influencer un esprit humain de manière qu'il consente à être complètement dominé par l'hypnotiseur. Laissez-moi vous 742dire que la cure mentale est une science satanique. Vous avez déjà poussé les choses assez loin pour compromettre sérieusement votre expérience future. Depuis que cette pensée a trouvé une accès dans votre esprit elle a subi une croissance néfaste. {EMS2 741.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 742.1

Si vous n'êtes pas capables de voir que Satan est l'esprit supérieur qui a imaginé cette science, ce ne sera pas aussi facile que vous le supposez de couper le mal à la racine. Toute la philosophie impliquée dans cette science est un chef-d'œuvre de séduction satanique. Pour le bien de votre âme, renoncez à tout ce qui s'y rapporte. Toutes les fois que vous introduisez dans un autre esprit des idées relatives à cette science-là, afin d'exercer un contrôle sur cet esprit, vous vous placez sur le terrain de Satan et vous comptez parmi ses meilleurs collaborateurs. Pour le bien de votre âme, libérez-vous de ce filet de l'ennemi. — Lettre 20, 1902, p. 1; Messages choisis 2:400, 401. {EMS2 742.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 742.2

Une science interdite par Dieu lui-même — Ni l'un ni l'autre d'entre vous ne devrait étudier la science qui a suscité votre intérêt. Cela équivaudrait à cueillir le fruit de l'arbre de la

connaissance du bien et du mal. Dieu vous défend — comme il défend à tous les autres mortels — d'apprendre ou d'enseigner cette science. Le simple fait d'avoir eu quelque chose à faire avec cette science devrait suffire à vous montrer, frère N., que vous n'êtes pas à votre place en tant que médecin-chef du sanatorium... {EMS2 742.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 742.3

En vous occupant de la science de la cure mentale vous avez mangé de l'arbre de la connaissance du bien et du mal auquel Dieu vous a défendu de toucher. Il est grand temps que vous commenciez à regarder à Jésus, afin que par la contemplation de son caractère vous soyez transformé à son image. Retranchez de vos occupations tout ce qui sent l'hypnotisme, la science dont se servent les agents sataniques. — Lettre 20, 1902, p. 1; Messages choisis 2:401. {EMS2 742.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 742.4

Autre message adressé au médecin et à sa femme — Souvenez-vous que Satan est descendu revêtu d'une grande 743puissance pour s'emparer des esprits et les prendre sous sa coupe. A moins que vous ne suiviez le Sauveur, aucun de vous ne pourra faire quoi que ce soit d'agréable à Dieu: "Si quelqu'un veut venir après moi, qu'il renonce à lui-même, qu'il se charge de sa croix et qu'il me suive." Matthieu 16:24. Le Christ est notre exemple en toutes choses. — Lettre 20, 1902, p. 1. {EMS2 742.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 743.1

Une science dangeureuse — Nous ne vous demandons pas de vous placer sous la domination de quelque autre esprit humain. La cure mentale est la science la plus redoutable qui ait jamais été préconisée. Tout être pervers peut s'en servir pour mettre en œuvre ses mauvais desseins. Nous n'avons rien à faire avec une telle science. Elle devrait nous faire peur. Nous ne saurions introduire la moindre parcelle de cette science dans nos institutions. — Manuscrit 105, 1901; Medical Ministry, 116. {EMS2 743.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 743.2

On profite de la faiblesse — Une force redoutable est ainsi donnée aux hommes qui ont de coupables intentions. Quelle belle occasion s'offre alors à ceux qui exploitent la faiblesse ou la sottise humaine! Beaucoup ont trouvé, par la domination qu'ils ont exercée sur des esprits faibles et maladifs, le moyen de satisfaire leurs passions impures et leur cupidité. — Le ministère de la guérison, 209 (1905). {EMS2 743.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 743.3

Publication d'ouvrages à proscrire*

Pendant un certain nombre d'années, afin d'utiliser au maximum le matériel de nos maisons d'édition, la "Review and Herald Publishing Association" avait accepté une certaine quantité de travail à caractère commercial.

. — Est-ce que les administrateurs vont consentir à devenir les agents de Satan en publiant des ouvrages consacrés à l'hypnotisme? Va-t-on introduire cette lèpre à la rédaction?... {EMS2 743.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 743.4

Satan et ses agents continuent à travailler avec diligence. Dieu pourra-t-il bénir les maisons d'édition qui acceptent les séductions de l'ennemi? Les institutions qui ont été présentées au public comme consacrées au Seigneur deviendront-elles des écoles où les employés mangent le fruit défendu de 744l'arbre de la connaissance? Allons-nous permettre à Satan de s'insinuer dans la citadelle de la vérité pour y déposer sa science infernale, comme il l'a fait en Eden? {EMS2 743.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 744.1

Les hommes qui se trouvent à la tête de l'œuvre sont-ils capables de distinguer entre la vérité et l'erreur? Ces hommes n'entrevoient-ils pas les terribles conséquences qui dérivent du fait de favoriser l'erreur? Dussiez-vous gagner des millions de dollars avec un travail de ce genre, que vaudrait ce gain en comparaison de la perte occasionnée du fait de publier les mensonges de Satan, et d'offrir au monde la possibilité de dire que des livres pleins d'erreurs ont été publiés par les adventistes du septième jour et répandus à travers le monde? — Lettre 140, 1901, p. 1; Messages choisis 2:401, 402. {EMS2 744.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 744.2

Une erreur mortelle — De même que, dans le jardin d'Eden, Satan cacha son identité à nos premiers parents en leur parlant par l'entremise du serpent, les forces du mal se parent aujourd'hui de ces fausses théories comme d'un vêtement attrayant. Elles font pénétrer dans les esprits ce qui, en réalité, est une erreur mortelle. L'influence hypnotique de Satan s'exercera sur ceux qui abandonnent la Parole de Dieu pour se tourner vers des fables. — Témoignages pour l'Église 3:325 (1904). {EMS2 744.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 744.3

Ne pas étudier les théories erronées — Nous sommes désormais confrontés aux périls des derniers jours où plusieurs — que dis-je, beaucoup — "abandonneront la foi, pour s'attacher à des esprits séducteurs et à des doctrines de démons". 1 Timothée 4:1. Prenez garde à ce que vous lisez et à la manière dont vous entendez. Ne témoignez pas le moindre intérêt à l'égard des théories spirites. Satan guette le moment où il pourra l'emporter sur quiconque se laisse séduire par son hypnose. Il commence à exercer son pouvoir sur eux dès qu'ils commencent à étudier ses théories. — Lettre 123, 1904, p. 1; Medical Ministry, 101, 102. {EMS2 744.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 744.4

Ne pas se faire le porte-parole des théories de Satan — J'ai vu que nous ne devons pas engager de débats sur ces théories 745spirites, parce que de telles controverses ne feront que semer la confusion dans les esprits. Cela ne doit pas être introduit dans nos réunions. Nous ne

devons pas chercher à réfuter ces théories. Si nos prédicateurs et nos enseignants s'adonnent à l'étude de ces questions, certains d'entre eux abandonneront la foi pour s'attacher à des esprits séducteurs et à des doctrines de démons. Le rôle d'un ministre de l'Evangile ne consiste pas à parler des théories de Satan. Allez de l'avant, rebâtissant sur d'anciennes ruines et relevant les fondations des générations passées. Ésaïe 28:12. Présentez la vérité, la vérité sacrée, sanctifiante, et laissez à l'ennemi les théories corruptrices. Ne lui cédez aucun terrain sur lequel il puisse semer les graines de ces théories. J'ai été dissuadée d'engager un débat sur ce sujet. Nos prédicateurs, nos enseignants et nos étudiants ne doivent pas prêter leur voix pour propager les sophismes de l'ennemi. — Lettre 175, 1904, p. 1. {EMS2 744.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 745.1

Prédicateurs et médecins pris au piège — Certains médecins et certains prédicateurs ont été influencés par l'hypnotisme pratiqué par le père du mensonge. Malgré les avertissements donnés, les sophismes de Satan sont aujourd'hui acceptés comme ils le furent dans les cours célestes. La science qui séduisit nos premiers parents égare les humains à notre époque. Prédicateurs et médecins tombent dans ce piège. — Manuscrit 79, 1905. {EMS2 745.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 745.2

Des séductions présentées sous des formes nouvelles — Les expériences du passé se répéteront. Les superstitions sataniques prendront des formes nouvelles; l'erreur sera présentée d'une manière agréable et flatteuse. De fausses théories, mélangées à quelques vérités, seront présentées au peuple de Dieu. C'est ainsi que Satan cherchera à séduire les élus eux-mêmes, s'il était possible. Des influences très séduisantes étant exercées, les esprits seront comme hypnotisés. — Témoignages pour l'Église 3:324 (1904). {EMS2 745.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 745.3

L'expérience de l'auteur en matière d'hypnotisme — On 746raconta [en 1845] que mes visions n'étaient que du "mesmérisme", et beaucoup d'adventistes étaient prêts à le croire et à le répéter. Un médecin, célèbre par sa pratique du mesmérisme, affirma que mes visions étaient tout simplement du mesmérisme, que j'étais un très bon sujet et qu'il pouvait m'hypnotiser et me donner une vision. {EMS2 745.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 746.1

Je lui déclarai que le Seigneur m'avait montré en vision que le mesmérisme venait du diable, du "puits de l'abîme" et qu'il y retournerait bientôt, avec tous ceux qui persistaient à le pratiquer. {EMS2 746.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 746.2

Je lui donnai la permission de m'hypnotiser, s'il le pouvait. Il essaya pendant plus d'une demi-heure, en employant différents moyens, et finalement y renonça. Grâce à ma foi en Dieu je pus lui résister, et tout ce qu'il fit ne m'affecta pas le moins du monde. — Premier écrits, 21 (1882). {EMS2 746.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 746.3

Le magnétisme — Dans l'état du New Hampshire [en 1848], nous avons été confrontés à une catégorie spéciale de magnétisme spirituel, comparable au mesmérisme. C'était notre première expérience de cette nature. — Lettre 79, 1915, p. 1. {EMS2 746.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 746.4

Une passivité contraire à la volonté divine — La volonté de Dieu n'est pas qu'un être humain soumette sa volonté à celle d'un autre, et devienne un instrument passif entre ses mains. — Le ministère de la guérison, 208 (1905). {EMS2 746.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 746.5

Exempt de tout envoûtement — La cure mentale doit être exempte de tout envoûtement. Elle ne doit pas s'abaisser au niveau humain, mais s'élever au contraire vers les choses spirituelles pour se saisir de ce qui est éternel. — Lettre 120, 1901, p. 1; Medical Ministry, 110. {EMS2 746.5}

*****

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 746.6

Note explicative concernant la "phrénologie et le mesmérisme" — qui ont leurs bons côtés. En 1862, Madame White publiait un long article dans la *Review and Herald* intitulé "Philosophy and Vain Deceit" (Philosophie et vaine tromperie). Inséré dans les Testimonies for the Church 1:290-302, ce texte couvre treize pages de mises en garde contre les séductions et les faux miracles. Dans ce message, Elle déclare que Satan utilise 747certaines sciences pour attirer les âmes dans le filet qu'il a tendu au moyen des phénomènes spirites. {EMS2 746.6}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 747.1

A la lumière du contexte et d'après l'article de l'auteur intitulé "Science Falsely So Called" (La science faussement nommée) paru dans la revue (The Signs of the Times, du 6 novembre 1884), il semble évident que lorsqu'elle emploie les mots "phrénologie", "mesmérisme" et "magnétisme animal" en 1862, elle le fait dans un sens assez large faisant référence aux sciences qui "concernent l'esprit humain", car c'est ainsi qu'elles étaient considérées à cette époque. {EMS2 747.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 747.2

L'article publié dans *Signs of the Times* de 1884 reprend les éléments contenus dans celui de la *Review of Herald* de 1862, utilisant un grand nombre de phrases dont plusieurs ont été reformulées et enrichies de termes plus précis. Cela est notamment le cas des phrases de l'écrit de 1862 où figurent les mots *phrénologie* et *mesmérisme.* {EMS2 747.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 747.3

Elle écrivait en 1862: “La phrénologie et le mesmérisme sont portés aux nues. Ils ont leurs bons côtés, mais Satan s’en sert comme de ses plus puissants instruments pour séduire et détruire les âmes. Ses artifices et ses ruses sont acceptés comme venant du ciel, et la foi dans le critère — la Bible, est réduite à néant dans l’esprit de milliers de gens.” — Testimonies for the Church 1:296. {EMS2 747.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 747.4

Elle écrivait en 1884: “Les sciences qui traitent de l’esprit humain sont portées aux nues. Elles ont leurs bons côtés; mais Satan s’en sert comme de ses plus puissants instruments pour séduire et détruire les âmes. Ses artifices sont acceptés comme venant du ciel, et il reçoit ainsi le culte qui lui convient tout à fait.” The Signs of the Times, 6 novembre 1884. Etant donné que cette déclaration semble mieux traduire l’intention de l’auteur, c’est celle qui est insérée dans ce chapitre. {EMS2 747.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 747.5

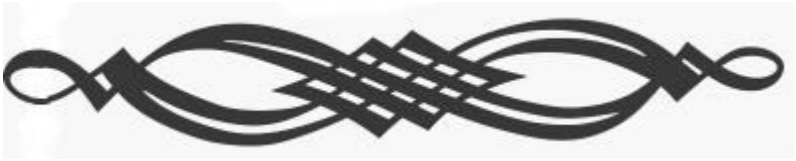
Quant au “témoignage” précédemment rédigé, il doit être apprécié à la lumière des autres déclarations contenues dans le chapitre et d’après l’ensemble des déclarations antérieures et postérieures émanant de sa plume et relatives au mesmérisme. Voir vol. 1, Note pour le chapitre 3. {EMS2 747.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 747.6

Pour montrer dans quel sens les termes “phrénologie”, “mesmérisme” et “magnétisme animal” étaient employés au milieu du dix-neuvième siècle, nous donnons ci-après la liste de certains ouvrages et périodiques dont la parution fut signalée dans une publication médicale diffusée aux Etats Unis en 1852: {EMS2 747.6}

748

749



Chapitre 80 — L'exaltation de soi — un piège de Satan*

Voir vol. 1, chapitre 6: "Egoïsme et respect de soi".

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 749.1

La théorie du pouvoir immanent — Quand Satan obscurcit et égare l'esprit humain au point de conduire les mortels à croire qu'ils disposent en eux-mêmes d'un pouvoir immanent pour accomplir de grandes et de bonnes œuvres, ils cessent de s'appuyer sur Dieu pour qu'il accomplisse ce qu'ils pensent pouvoir faire d'eux-mêmes. Ils ne reconnaissent pas l'existence d'une puissance supérieure. Ils n'attribuent pas à Dieu la gloire qu'il revendique et qui est due à sa majesté suprême et parfaite. Ainsi, l'objectif de Satan est atteint, et il se réjouit de ce que des hommes déchus se glorifient eux-mêmes dans leur orgueil. — Testimonies for the Church 1:294 (1862). {EMS2 749.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 749.2

Quand l'homme prétend être son propre critère — Satan séduit maintenant les hommes comme il le fit pour Eve: en les flattant, en les poussant à rechercher des connaissances défendues, en excitant en eux l'ambition des grandeurs. C'est par ces moyens qu'il amena la chute de nos premiers parents, 750et qu'il s'efforce de consommer la ruine de l'humanité. "Vous serez comme des dieux, dit-il, connaissant le bien et le mal." Le spiritisme enseigne que l'homme "est un être progressif; que sa destinée est de se rapprocher éternellement de la divinité". "L'intelligence, nous dit-il, ne connaîtra pas d'autre juge qu'elle-même... Le jugement dernier sera équitable parce que ce sera le jugement de soi-même... Le trône est au-dedans de vous." Un docteur spirite s'exprime ainsi: "Dès que la conscience spirituelle s'éveille en moi, mes semblables m'apparaisent tous comme des demi-dieux non déchus." Un autre écrit: "Tout être juste et parfait est Jésus Christ." {EMS2 749.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 750.1

Ainsi, à la justice et à la perfection du Dieu infini, véritable objet de notre culte; à la justice parfaite de sa loi, à la norme véritable de l'idéal humain, Satan a substitué la nature pécheresse et faillible de l'homme lui-même, comme seul objet de culte, comme seule règle de jugement et seule mesure du caractère. Ce n'est pas un progrès, mais une régression. — La tragédie des siècles, 602, 603 (1911). {EMS2 750.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 750.2

Une philosophie étrangère aux enseignements du Christ — Mon attention fut attirée sur ce texte comme s'appliquant particulièrement au spiritisme moderne: "Prenez garde que personne ne fasse de vous sa proie par la philosophie et par une vaine tromperie, s'appuyant sur la tradition des hommes, sur les rudiments du monde, et non sur Christ." Colossiens 2:8. {EMS2 750.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 750.3

“Une vaine tromperie” remplit les esprits des pauvres mortels. Ils pensent qu’il y a en eux une puissance suffisante pour accomplir des prodiges et qu’ils n’ont pas besoin de recevoir celle d’en haut. Leurs principes et leur foi reposent sur “la tradition des hommes, les rudiments du monde, et non sur Christ”. {EMS2 750.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 750.4

Jésus ne leur a jamais enseigné cette philosophie. Rien de pareil ne se trouve dans ses enseignements. Il n’a jamais dirigé l’esprit des humains vers eux-mêmes, vers un pouvoir qu’ils détiendraient. Il les a constamment encouragés à regarder à Dieu, le Créateur de l’univers, comme à la source de toute 751force et de toute sagesse. Le verset 18 du même chapitre nous donne encore cet avertissement: “Qu’aucun homme, sous une apparence d’humilité et par un culte des anges, ne vous ravisse à son gré le prix de la course, tandis qu’il s’abandonne à ses visions et qu’il est enflé d’un vain orgueil par ses pensées charnelles”. — Témoignages pour l’Église 1:106, 107 (1862). {EMS2 750.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 751.1

Comment Satan égare les humains — Des milliers ont succombé et succombent à des passions avilissantes. Comme couronnement de son œuvre, l’ennemi déclare par les esprits “que la véritable connaissance élève l’homme au-dessus de toute loi”; que “tout ce qui est, est légitime”; que Dieu “ne condamne pas”; et que “tous les péchés commis sont inoffensifs”. Dès qu’on en vient à se persuader que le désir est la loi suprême, que liberté est synonyme de licence, et que l’homme ne relève que de lui-même, qui s’étonnera de voir s’étaler de tous côtés la corruption et la dépravation? Des foules acceptent avec avidité des enseignements qui leur donnent la liberté de suivre les inclinations de leur cœur charnel. Les rênes de l’empire sur soi-même sont abandonnées à la convoitise; les facultés de l’esprit et de l’âme abdiquent devant les inclinations charnelles, et Satan voit avec joie entrer dans ses filets des milliers de personnes professant être disciples de Jésus. — La tragédie des siècles, 604 (1911). {EMS2 751.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 751.2

Lucifer désire la puissance divine — Lucifer convoitait la puissance de Dieu, mais non son caractère. Il recherchait la première place pour lui-même; quiconque est animé de son esprit agira de même. Il en résultera la haine, la discorde, la guerre. Le règne appartient au plus fort. Le royaume de Satan est celui de la force; chaque individu regarde son voisin comme un obstacle à son avancement, ou un tremplin pour s’élever plus haut. — Jésus Christ, 432 (1898). {EMS2 751.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 751.3

L’endurcissement du cœur — ses conséquences — Quand Dieu envoya Moïse auprès de Pharaon, celui-ci avait la lumière, mais le monarque s’y opposait, et chaque nouvelle 752résistance renforçait son endurcissement. Dieu avait-il placé en lui une puissance qui

l'empêchait de voir la lumière? Nullement, mais il y avait de sa part indifférence à l'égard de l'évidence. L'endurcissement du Pharaon venait de son refus d'accepter la lumière. — Manuscrit 15, 1894. {EMS2 751.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 752.1

Endurcissement et conscience faussée — En lisant les lettres que j'ai envoyées à Oakland, vous aurez une idée de l'endurcissement de l'homme et de sa détermination à faire ce que bon lui semble, d'agir à sa guise. Il n'a pas écouté les conseils du Seigneur et a cru pouvoir marcher d'après ses propres lumières. Il est prêt à faire tout et n'importe quoi pour être un serviteur de la cause, mais il n'est pas disposé à faire cela même que le Seigneur lui a prescrit comme étant son devoir. S'il devient un traître comme l'a fait _____, il le fera sans doute avec le profond sentiment d'agir selon sa conscience. {EMS2 752.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 752.2

Cette apparente bonne conscience a été suffisamment mise à l'épreuve. Quand je vous dis que je me méfie de cette bonne conscience, je parle en connaissance de cause, car il existe une bonne et une mauvaise conscience, et l'homme peut à ce sujet s'illusionner totalement lui-même. Induit en erreur, il fera en conscience beaucoup de choses qui sont en désaccord avec l'Esprit de Dieu. Malgré cela, il restera de marbre aux conseils ou à toute autre idée, excepté la sienne. — Lettre 48, 1892, p. 1. {EMS2 752.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 752.3

Redoutable aveuglement — C'est une bien triste chose que d'être privé des grâces de l'Esprit de Dieu; mais c'est plus terrible encore d'être dépourvu de spiritualité, d'être séparé du Christ et d'essayer de se justifier en disant à ceux qui s'alarment à notre sujet que nous n'avons nul besoin de leurs craintes et de leur pitié. Il est effrayant de constater à quel point on peut se faire illusion sur son propre compte! Quel aveuglement! Prendre la lumière pour les ténèbres et les ténèbres pour la lumière! Le témoin fidèle nous conseille de lui acheter de l'or éprouvé par le feu, des vêtements blancs et un collyre pour nos yeux. L'or ici recommandé comme ayant 753été éprouvé par le feu, c'est la foi et l'amour. Cet or enrichit le cœur, car il a été dans la fournaise jusqu'à ce qu'il soit pur, et plus il a été raffiné plus il brille. — Témoignages pour l'Église 1:548 (1876). {EMS2 752.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 753.1

Piégé par l'ennemi — Combien futile est le secours de l'homme quand le pouvoir de Satan s'exerce sur un être humain qui est enflé d'orgueil et ne sait pas qu'il participe à la science de Satan. Dans son auto-suffisance, il marche tout droit sur le piège de l'ennemi et y tombe. Il n'a pas prêté l'oreille aux avertissements qui lui ont été prodigués, et il est devenu la proie de Satan. S'il avait marché humblement avec Dieu, il aurait accouru au lieu de refuge que le Seigneur lui a réservé. Alors, en cas de danger, il aurait été en sécurité, car Dieu aurait dressé pour lui une bannière contre l'ennemi. — Lettre 126, 1906, p. 1. {EMS2 753.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 753.2

Le monde court à sa perte — Le monde agit comme si Dieu n'existait pas. Il est plongé dans la recherche de satisfactions égoïstes, mais il va bientôt connaître une destruction soudaine à laquelle il n'échappera point. Nombreux sont ceux qui continuent à satisfaire complaisamment leur égoïsme à tel point que, dégoûtés de la vie, ils finissent par se suicider. {EMS2 753.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 753.3

Comme des bœufs que l'on mène à la boucherie, ces gens dansent et font la fête, boivent, fument et satisfont leurs passions animales. Par ses artifices et ses sortilèges, Satan maintient les humains dans l'aveuglement jusqu'au jour où Dieu se lèvera pour châtier les habitants de la terre pour leurs iniquités. Alors la terre dévoilera son sang et ne couvrira plus ses crimes. Le monde entier semble aller au-devant de la mort. — Manuscrit 139, 1903; Evangelism, 30. {EMS2 753.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 753.4

Le "moi" doit être crucifié — Quelle victoire vous remporterez quand vous apprendrez à obéir aux divines providences qui s'offrent à vous avec un cœur reconnaissant et avec la détermination de vivre en recherchant la gloire de Dieu, dans la maladie comme dans la santé, dans le besoin comme dans l'abondance! Le "moi" vit et frémit au moindre 754attouchement. Ce moi doit être crucifié avant que vous puissiez remporter la victoire au nom de Jésus et obtenir la récompense avec les fidèles. — Testimonies for the Church 4:221 (1876). {EMS2 753.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 754.1

Le plus incurable des péchés — Le Seigneur ne peut s'associer avec ceux qui ne vivent que pour eux-mêmes et qui recherchent la première place. Les gens qui agissent ainsi finiront par être les derniers. Les péchés les plus incurables sont l'orgueil et la présomption. Ils empêchent toute croissance. Lorsqu'un homme a des défauts et ne s'en aperçoit pas; lorsqu'il est si rempli de suffisance qu'il ne peut découvrir ses fautes, comment arriverait-il à s'en débarrasser? "Ce ne sont pas ceux qui se portent bien, a dit Jésus, qui ont besoin de médecin, mais les malades." Matthieu 9:12. Comment devenir meilleur si l'on croit être parfait? — Témoignages pour l'Église 3:214 (1902). {EMS2 754.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 754.2

Un impératif: s'humilier — Ceux qui s'imaginent pouvoir recevoir la bénédiction de Dieu à cette assemblée [assemblée tenue dans le Michigan] sans humilier leur "moi" s'en retourneront comme ils y étaient venus. Ils seront aussi angoissés qu'avant. Mais, frères et sœurs, nous ne saurions accepter cela. Humilions nos cœurs devant Dieu. Laissons le Christ oindre nos yeux du collyre céleste afin que nous voyions. Nous ne voulons pas être aveugles, mais nous voulons voir tout distinctement. Nous ne voulons pas marcher un jour en direction de Canaan, et le lendemain rebrousser chemin et marcher vers l'Egypte; puis le surlendemain reprendre la route

de Canaan pour marcher ensuite en direction de l'Egypte. Jour après jour nous devons aller de l'avant d'un pas ferme. Cela me serre le cœur et me remplit d'une profonde tristesse de penser que nous sommes privés des précieuses bénédictions parce que nous sommes tellement éloignés de la lumière. — Manuscrit 56, 1904. {EMS2 754.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 754.3

La connaissance de soi conduit à l'humilité — Se connaître soi-même est une science précieuse. La vraie connaissance de 755soi conduit à une humilité qui ouvrira la voie permettant au Seigneur de développer l'esprit, de forger et de discipliner le caractère. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 419 (1913). {EMS2 754.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 755.1

Un témoignage pour le monde — "Celui qui déclare demeurer en lui [Jésus Christ], doit marcher aussi comme lui [le Seigneur] a marché." 1 Jean 2:6. "Si quelqu'un n'a pas l'Esprit de Christ, il ne lui appartient pas." Romains 8:9. Cette conformité à l'image du Seigneur ne passera pas inaperçue aux yeux du monde. On la remarquera et on en parlera. Le chrétien peut ne pas se rendre compte qu'il y a un grand changement, car plus il ressemble au Christ sur le plan du caractère, plus il a une modeste opinion de lui-même; mais le changement sera constaté et ressenti dans son entourage. {EMS2 755.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 755.2

Ceux qui ont fait la plus grande expérience des choses de Dieu sont les moins orgueilleux et les moins suffisants. Ils ont sur eux-mêmes les pensées les plus humbles et les idées les plus élevées de la gloire et de la perfection du Christ. Ils estiment que le rang le moins élevé est trop honorable pour eux. — Testimonies for the Church 5:223 (1882). {EMS2 755.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 755.3

Avoir conscience de ses propres faiblesses — Les hommes sont mis à l'épreuve non seulement devant les intelligences humaines, mais devant l'univers céleste. S'ils ne craignent pas et ne tremblent pas pour eux-mêmes, s'ils n'ont pas conscience de leur propre faiblesse et ne se souviennent pas de leurs défaillances et ne s'efforcent pas de ne pas y retomber, ils commettront les mêmes erreurs inévitables qui seront suivies des mêmes conséquences. — Manuscrit 43, 1898. {EMS2 755.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 755.4

La victoire sur le "moi": l'œuvre de toute une vie — On ne peut réformer sa conduite par quelques efforts faibles et intermittents. Former un caractère n'est pas l'œuvre d'un jour, ni d'une année, mais de toute une vie. Se vaincre soi-même, conquérir la sainteté et le ciel exigent une lutte qui ne se termine qu'avec notre existence. Sans efforts continuels, sans activité constante, il n'y a pas de progrès ni de couronne 756Triomphale. — Le ministère de la guérison, 389 (1905). {EMS2 755.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 756.1

L’empreinte du divin — Veillons à ce que le “moi” ne prenne pas des proportions démesurées, de peur que l’homme tout entier n’en soit souillé. Une seule voie d’eau fera couler un navire, et une seule défectuosité brisera une chaîne; de même, quelque trait de caractère héréditaire ou cultivé peut agir dans le cœur et se traduire par des paroles qui créeront un penchant irréversible au mal. Nous bâtissons tous en vue de l’éternité. Que le caractère reçoive l’empreinte du divin par des propos nobles et des actes intègres. Ainsi, l’univers céleste regardera et dira: Bien, bon et fidèle serviteur. — Lettre 91, 1899, p. 1. {EMS2 756.1}

757

Section 16 — Les principes et leur application

Chapitre 81 — Cure mentale appropriée*

Note: L'approche convenable relative aux attitudes mentales et à la thérapie mentale se présente dans cette compilation selon les procédures positives mises en relief à travers cet ouvrage, et souvent en net contraste par rapport aux conceptions erronées. Incorporer de telles déclarations se traduirait par une quantité de répétitions injustifiées. Quelques exhortations utiles, présentées sous un nouvel angle, devront suffire pour couvrir ce chapitre. — *Les compilateurs.* Voir chapitre 4: "L'esprit et la santé physique".

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 759.1

Influences mentales — Dans les soins donnés aux malades, l'effet des influences mentales ne doit donc pas être négligé, car lorsqu'elles sont bien utilisées, elles sont un des moyens les plus efficaces pour combattre le mal. — Le ministère de la guérison, 207 (1905). {EMS2 759.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 759.2

Conseil adressé à un médecin — Les âmes malheureuses et affligées avec lesquelles vous entrez en contact auraient eu besoin de plus d'attention de votre part que celle qu'elles ont reçue. Il est en votre pouvoir de les exhorter à regarder à Jésus et, en le contemplant, d'être transformées à son image. — Letter 121, 1901, p. 1; Medical Ministry, 112. {EMS2 759.2}

760

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 760.1

Nécessité d'une lutte constante — Que ceux qui désirent être participants de la nature divine sachent qu'ils doivent fuir la corruption qui existe dans le monde par la convoitise. L'âme doit mener une lutte constante et ardente contre les rêveries coupables. Il faut résister avec fermeté à la tentation au péché en pensées et en actes. L'âme doit être préservée de toute souillure par la foi en celui qui peut nous préserver de toute chute. {EMS2 760.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 760.2

Nous devons méditer les Ecritures, réfléchissant avec calme et sincérité aux choses qui concernent notre salut éternel. La miséricorde et l'amour infinis de Jésus, le sacrifice qu'il a consenti en notre faveur, appellent une réflexion particulièrement sérieuse et solennelle. Nous devrions arrêter notre pensée sur le caractère de notre cher Sauveur et Intercesseur. Nous devrions chercher à comprendre la signification du plan de la rédemption, et méditer sur la mission de Celui qui est venu sauver son peuple de ses péchés. {EMS2 760.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 760.3

En contemplant sans cesse les thèmes célestes, notre foi et notre amour grandiront. Nos prières seront de plus en plus agréables à Dieu parce qu'elles seront mêlées de foi et d'amour. Elles seront plus lucides et plus ferventes. Il y aura une confiance plus durable en Jésus, et vous

bénéficierez d'une expérience quotidienne, vivante, dans la volonté et la puissance du Christ qui désire sauver parfaitement tous ceux qui s'approchent de Dieu par lui. — The Review and Herald, 12 juin 1888; Our High Calling, 113. {EMS2 760.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 760.4

Les âmes vivifiées par le contact avec l'Infini — Nous devrions contempler Dieu dans la nature et étudier son caractère dans l'œuvre de ses mains. En apprenant à connaître le Seigneur, en discernant ses attributs au travers des choses qu'il a faites, l'esprit est fortifié. Quand nous contemplons la beauté et la magnificence des œuvres de la nature, nos affections se portent sur Dieu; bien que nos âmes soient impressionnées et bien que nos esprits soient subjugués, nos êtres sont vivifiés lorsque nous entrons en contact avec l'Infini par le moyen de ses œuvres magnifiques. La communion avec Dieu obtenue grâce à une prière humble développe et fortifie 761les capacités mentales et morales, et les facultés spirituelles grandissent lorsque la pensée s'arrête sur les choses spirituelles. — The Youth's Instructor, 13 juillet 1893. {EMS2 760.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 761.1

Garder les avenues de l'âme — L'apôtre [Paul] cherchait à démontrer aux croyants qu'il est très important de ne pas laisser errer sa pensée sur des sujets à proscrire ou de gaspiller ses énergies à des futilités. Ceux qui ne veulent pas devenir la proie de Satan feront bien de veiller attentivement sur leur âme en évitant de lire, de voir ou d'entendre ce qui pourrait leur suggérer des pensées impures. Que leur esprit ne s'attarde pas sur n'importe quel sujet présenté par l'ennemi de toute justice. {EMS2 761.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 761.2

Gardons fidèlement nos cœurs, sans quoi les ennemis de l'extérieur réveilleront ceux de l'intérieur, et nous errerons dans les ténèbres. — Conquérants pacifiques, 464, 465 (1911). {EMS2 761.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 761.3

L'atmosphère personnelle — L'influence des pensées et des actes de tout homme l'entoure comme d'une atmosphère invisible que respirent inconsciemment tous ceux qui entrent en contact avec lui. Cette atmosphère dégage souvent une influence délétère qui, lorsqu'on la respire, engendre la dégénérescence morale. — Testimonies for the Church 5:111 (1882). {EMS2 761.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 761.4

Entouré d'une atmosphère de paix et de lumière — Jésus a tout préparé pour que son Eglise soit transformée à son image, illuminée par celui qui est la Lumière du monde, et qu'elle reflète la gloire d'Emmanuel. Il désire que chaque fidèle soit entouré d'une atmosphère de paix rayonnante. Il veut que notre vie devienne la manifestation de sa propre joie. {EMS2 761.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 761.5

Celui en qui réside l'Esprit se distinguera par un courant d'amour céleste. La plénitude divine sera communiquée au monde par le canal d'hommes consacrés. — Les paraboles de Jésus, 367 (1900). {EMS2 761.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 761.6

Dépendre constamment de Dieu — Il en est peu qui soient capables de faire des plans bien définis pour l'avenir. La vie est pleine d'incertitude. Comment discerner l'aboutissement 762probable des événements? Voilà qui est souvent une cause d'anxiété et de tourments. N'oublions pas que les enfants de Dieu sont ici-bas des pèlerins et des voyageurs. Nous manquons de sagesse pour nous diriger. Il nous faut marcher par la foi, comme Abraham qui, "lors de sa vocation, obéit et partit pour un lieu qu'il devait recevoir en héritage... Il partit sans savoir où il allait". Hébreux 11:8. {EMS2 761.6}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 762.1

Pendant sa vie terrestre, le Christ ne fit aucun projet pour lui-même. Il se soumettait à ceux de son Père qui lui étaient révélés jour après jour. C'est ainsi que nous devons dépendre de Dieu. Notre existence sera alors ce que sa volonté voudrait qu'elle soit. Il dirigera nos pas lorsque nous mettrons notre confiance en lui. — Le ministère de la guérison, 413 (1905). {EMS2 762.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 762.2

Les bienfaits de l'activité physique — J'ai vu que pour la plupart des malades, il serait plus profitable de les laisser faire un petit travail, et même de les y obliger, plutôt que de les encourager à rester inactifs. Si le pouvoir de la volonté est mis en œuvre pour réveiller les facultés endormies, ce sera un excellent moyen de recouvrer la santé. Si vous ôtez tout travail à ceux qui se sont surmenés leur vie durant — dans neuf cas sur dix, ce changement leur sera préjudiciale. {EMS2 762.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 762.3

Ce fut le cas de mon mari. J'ai vu à ce sujet que l'exercice physique, en plein air, est bien préférable à la vie sédentaire; mais si l'exercice en plein air n'est pas possible, un petit travail accompli à l'intérieur sera une occupation et un dérivatif pour l'esprit; cela évitera de s'appesantir sur ses ennuis et ses petits maux et préservera en même temps de la nostalgie. — Testimonies for the Church 1:567, 568 (1867).*

Note: Voir Messages choisis 2:352-355, à propos du rôle positif qu'elle a joué dans la guérison de James White.

{EMS2 762.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 762.4

Un exercice physique bien dirigé — Lorsque les malades n'ont rien pour occuper leur temps et leur attention, ils concentrent leurs pensées sur eux-mêmes, et deviennent pessimistes et

irritables. Ils se complaisent à broyer du noir, 763croient que leur état est pire qu'il n'est en réalité, et qu'ils sont incapables de faire quoi que ce soit. {EMS2 762.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 763.1

Dans tous les cas, un exercice physique bien dirigé serait un remède efficace; il est même parfois indispensable à la guérison. La volonté et le travail manuel vont de pair, et ce dont ces invalides ont surtout besoin, c'est de force de volonté. Lorsque celle-ci est affaiblie, l'imagination s'exalte et la résistance à la maladie est impossible. — Le ministère de la guérison, 205 (1905). {EMS2 763.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 763.2

Faire du bien aux autres est un bienfait pour soi — On sollicite souvent nos prières en faveur des affligés et des découragés, et c'est une bonne chose; nous devons demander à Dieu d'éclairer l'esprit enténébré, de consoler le cœur affligé. Mais le Seigneur ne répond à nos prières que si ceux en faveur desquels nous l'implorons se trouvent dans les dispositions voulues pour qu'il puisse les bénir. C'est pourquoi, tout en priant pour les affligés, nous devrions les encourager à s'occuper de ceux qui sont plus malheureux qu'eux-mêmes. Les ténèbres se dissiperont de leur propre cœur tandis qu'ils s'efforceront de venir en aide aux autres. En essayant de faire connaître à d'autres la source de notre réconfort, nous nous faisons du bien à nous-mêmes. — Le ministère de la guérison, 220 (1905). {EMS2 763.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 763.3

Message de l'auteur adressé à son fils — J'ai quelque chose à vous dire. Ne promettez-vous pas de ne plus affaiblir, de ne plus dégrader le temple du Seigneur en travaillant, alors que vous devriez vous reposer? Pour avoir des pensées justes et pour prononcer des paroles convenables, vous devez accorder du repos à votre cerveau. Vous ne prenez pas suffisamment le temps de vous reposer. L'esprit et les nerfs fatigués seraient vivifiés si vous étiez disposé à changer sur ce point... {EMS2 763.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 763.4

Nous devons nous appliquer à nous discipliner nous-mêmes, refusant de faire ce qui affaiblirait nos forces physiques, mentales et morales. Il vous faut un esprit lucide, patient, capable d'affronter tout ce qui peut arriver. Vous avez besoin du puissant soutien d'en haut. Exercez votre foi, et laissez à 764Dieu les conséquences. Une fois que vous avez fait de votre mieux, soyez de bon courage. Croyez, croyez, et tenez ferme. L'ennemi essaiera de vous amener à prendre des décisions qui se solderont par une défaite, mais vous ne sauriez accepter cela, ni consentir à prendre des décisions peu sûres. Vous avez besoin de l'influence que vous obtiendrez grâce à une sagesse et à un discernement révélateurs. — Lettre 121, 1904, p. 1. {EMS2 763.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 764.1

Le besoin de détente — J’ai vu que d’une manière générale les observateurs du sabbat travaillent trop dur sans s’accorder de changement ou de temps de repos. La détente est nécessaire pour ceux qui accomplissent un travail physique, et plus encore pour ceux dont le travail est surtout intellectuel. Garder l’esprit sans cesse occupé à réfléchir et de manière excessive sur des sujets religieux n’est pas essentiel à notre salut et ne contribue pas à la gloire de Dieu. {EMS2 764.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 764.2

Il est des divertissements, tels que la danse, les jeux de cartes, d’échecs, de dames, etc., que nous ne saurions approuver parce que le ciel les condamne. Ces divertissements ouvrent la porte à de grands maux. Ils ne sont pas bénéfiques, mais ils ont une influence excitante, et encouragent certains esprits à se passionner pour les jeux d’argent et la dissipation. Les chrétiens devraient proscrire tous ces jeux-là, et les remplacer par quelque chose d’inoffensif. — Testimonies for the Church 1:514 (1867). {EMS2 764.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 764.3

Ne pas se laisser accabler par le travail (message adressé à un responsable surmené) — Dans sa grâce, le Seigneur a épargné votre vie pour vous permettre de travailler dans son œuvre. Il ne veut pas que vous vous tuiez à la tâche, sans vous appuyer sur la seule puissance qui peut agir efficacement pour accomplir ses desseins. Ne vous inquiétez donc pas, mais ayez confiance; regardez à Jésus, le Chef et le consommateur de votre foi. Ne vous dépêchez pas comme vous le faites. Faites ce que vous pouvez sans trop surcharger vos forces physiques et mentales; mais ne croyez pas que vous devez avoir tant de soucis et porter tant de fardeaux que vous ne pouvez pas garder votre âme dans l’amour de Dieu. {EMS2 764.3}

765

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 765.1

La vigne appartient au Seigneur; en tous lieux l’œuvre est la sienne, et il voudrait que vous travailliez de manière que vos facultés physiques, mentales et morales soient préservées. Souvenez-vous que vous travaillez en collaboration avec les agents célestes. Ne permettez pas à l’ennemi de jouer quelque rôle que ce soit dans ce domaine. Recevez de Dieu vos directives, et ne soyez pas découragé de ce que votre tâche est celle d’un simple serviteur. La volonté [divine] infinie agira avec sa puissance pour vous donner l’efficience requise. {EMS2 765.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 765.2

Ne croyez pas que vous devez faire des choses impossibles. N’attendez pas non plus des autres des choses impossibles. Paul peut planter, Apollos peut arroser, mais c’est Dieu qui fait croître. Voir 1 Corinthiens 3:6. “Tu as autrefois fondé la terre, et les cieux sont l’ouvrage de tes mains. Eux, ils périront, mais toi, tu subsisteras.” Psaumes 102:26, 27. “Ils périront, mais toi tu demeures; ils vieilliront tous comme un vêtement, mais toi tu restes le même et tes années ne finiront pas.” Hébreux 1:11. — Lettre 86a, 1893, p. 1. {EMS2 765.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 765.3

La nécessité des efforts personnels — Les victimes des mauvaises habitudes doivent faire des efforts persévérants pour s'en affranchir. On peut tenter l'impossible pour les relever, leur parler de la grâce de Dieu offerte gratuitement pour les sauver, le Christ peut intercéder en leur faveur, les anges peuvent intervenir, mais tout cela sera inutile si eux-mêmes n'entreprennent pas la lutte libératrice... {EMS2 765.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 765.4

Entraînés par la force de la tentation et la passion, beaucoup s'écrient, désespérés: "Il m'est impossible de résister." Dites à ces pauvres gens qu'ils peuvent, qu'ils doivent résister. Peut-être ont-ils été maintes fois vaincus, mais il ne faut pas nécessairement qu'ils le soient toujours. Moralement faibles, asservis aux habitudes d'une vie de péché, leurs promesses, leurs décisions sont comme des murs de sable. Le souvenir des promesses oubliées, des engagements rompus affaiblit leur confiance en leur sincérité et leur fait croire que Dieu ne peut ni les accepter ni leur venir en aide. Mais il ne faut pas qu'ils désespèrent. — Le ministère de la guérison, 147, 148 (1905). {EMS2 765.4}

766

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 766.1

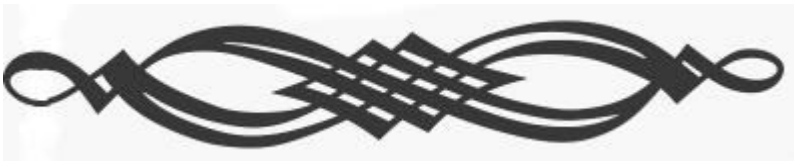
La valeur d'un objectif — Pour réussir en quoi que ce soit, il faut avoir un but précis et le poursuivre inlassablement. Un objectif digne de tous les efforts se présente aux jeunes d'aujourd'hui. — Education, 295 (1903). {EMS2 766.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 766.2

La plus haute culture de l'esprit — La connaissance de Dieu s'obtient par sa Parole. La connaissance pratique de la vraie piété dans la consécration quotidienne et le service de Dieu, assure le plus haut développement de l'esprit, de l'âme et du corps; et cette consécration à Dieu de toutes nos capacités préserve de l'orgueil. La communication de la puissance divine récompense notre recherche sincère de la sagesse en vue d'un usage consciencieux de nos plus hautes facultés pour honorer Dieu et bénir nos semblables. Etant donné que ces facultés ne viennent pas de nous-mêmes, mais qu'elles émanent de Dieu, elles devraient être appréciées comme des talents qui nous viennent de lui et qui doivent être employées à son service. — Manuscrit 16, 1896. {EMS2 766.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 766.3

Des vertus qui sont un facteur de santé — Le courage, l'espérance, la foi, la sympathie, l'affection favorisent la santé et prolongent la vie. Un esprit content et heureux contribue à la santé du corps et à la force de l'âme. "Un cœur joyeux est un bon remède." Proverbes 17:22. — Le ministère de la guérison, 207 (1905). {EMS2 766.3}



Chapitre 82 — Travailler en harmonie avec la science

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 767.1

Education et caractère — La véritable éducation ne méconnaît pas la valeur des connaissances scientifiques ou littéraires; mais au-dessus du savoir elle met la compétence; au-dessus de la compétence, la bonté; au-dessus des acquisitions intellectuelles, le caractère. Le monde n'a pas tant besoin d'hommes d'une grande intelligence que d'hommes au noble caractère. Il a besoin d'hommes qui allient au talent la fermeté. — Education, 255 (1903). {EMS2 767.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 767.2

Dieu, l'auteur de la science — Dieu est l'auteur de la science. La recherche scientifique ouvre à l'esprit un vaste champ de pensée et d'information qui lui permettent de voir le Seigneur dans ses œuvres créées. {EMS2 767.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 767.3

L'ignorance peut essayer de confirmer le scepticisme en faisant appel à la science; mais au lieu d'encourager le scepticisme, la vraie science fournit de nouvelles preuves concernant la sagesse et la puissance divines. Bien comprises, la science et la Parole écrite s'éclairent mutuellement. Ensemble elles nous conduisent à Dieu en nous enseignant une partie 768des lois sages et salutaires par lesquelles il opère. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 426 (1913). {EMS2 767.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 768.1

Religion et science — La vraie connaissance est divine. Satan inspira à nos premiers parents le désir d'une science spéculative, grâce à laquelle ils amélioreraient grandement leur condition; mais pour acquérir cette science, il leur fallait agir en contradiction avec la loi de Dieu, car [selon le grand adversaire] le Seigneur ne voulait pas les conduire jusqu'aux plus hauts sommets. Il n'était pas conforme aux plans divins qu'Adam et Eve acquièrent une connaissance fondée sur la désobéissance. De son côté, Satan s'efforçait de les conduire dans ce vaste champ, et c'est ce même champ qu'il offre aujourd'hui au monde par ses tentations... {EMS2 768.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 768.2

La raison majeure pour laquelle si peu de grands hommes de notre monde et de ceux qui ont reçu une éducation supérieure obéissent aux commandements de Dieu vient de ce qu'ils ont dissocié l'éducation de la religion, en croyant que chacune doit occuper un domaine qui lui est propre. Le Seigneur a mis à la disposition des humains un champ d'investigation suffisamment vaste pour enrichir les connaissances de tous ceux qui l'exploreront. Cette connaissance devait être acquise sous supervision divine; elle était liée à la loi immuable de Yahvé, et un bonheur parfait aurait dû en être le fruit. — Testimonies for the Church 5:503 (1889). {EMS2 768.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 768.3

La science: une puissance — Une connaissance de la vraie science est une puissance; le plan de Dieu est que cette connaissance soit enseignée dans nos écoles en tant que préparation à l'œuvre qui doit précéder les dernières scènes de l'histoire du monde. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 19 (1913). {EMS2 768.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 768.4

Accord entre science et religion — Le collège de Battle Creek [premier collège adventiste] fut institué dans le but d'y enseigner les sciences et, également, de conduire les étudiants au Sauveur, de qui découle toute vraie science. L'éducation acquise sans la religion de la Bible est privée de son véritable 769éclat et de sa vraie gloire. {EMS2 768.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 769.1

J'essayai de faire comprendre aux étudiants le fait que notre école doit atteindre — sur le plan de l'éducation — un niveau supérieur à celui dispensé par tout autre établissement scolaire, en faisant connaître à nos jeunes des idées, des buts, des objectifs de vie et en leur inculquant une juste conception du devoir de l'homme et de ses intérêts éternels. En ouvrant notre collège, notre premier objectif était d'enseigner des idées justes et de montrer l'accord entre la science et la religion de la Bible. — Testimonies for the Church 4:274 (1879). {EMS2 769.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 769.2

Utilité de l'instruction — Les jeunes gens qui désirent entrer dans le champ de la moisson comme prédicateurs ou représentants évangélistes devraient recevoir une instruction générale appropriée aussi bien qu'une préparation spéciale correspondant à leur vocation. S'ils n'ont pas bénéficié de cette instruction, ils ne sont pas de taille à livrer combat à ceux qui s'opposent à la Parole de Dieu avec le prestige de leurs études et de leurs talents. Ils ne peuvent pas davantage aborder sans danger les formes surprenantes de l'erreur, dans le double domaine philosophique et religieux, car il faut pour y résister victorieusement une certaine compétence en la matière jointe à une bonne connaissance de la vérité révélée dans l'Ecriture. — Ministère évangélique, 76 (1915). {EMS2 769.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 769.3

La science par excellence — S'il est vrai que la connaissance de la science est une puissance, la connaissance que Jésus lui-même est venu communiquer est une puissance supérieure. La science du salut est la plus importante que l'on doive acquérir dans l'école préparatoire d'ici-bas. La sagesse de Salomon est désirable, mais celle du Christ est beaucoup plus désirable; elle est primordiale. Nous ne pouvons pas entrer en contact avec le Christ simplement par une formation intellectuelle, mais par lui nous pouvons atteindre le sommet de la grandeur intellectuelle. S'il est vrai que la recherche de la connaissance dans le domaine des arts, de la littérature et du commerce ne saurait être méprisée, l'étudiant doit acquérir 770

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 770.3

avant tout une connaissance expérimentale de Dieu et de sa volonté. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 19 (1913). {EMS2 770.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 770.1

Jésus employa la meilleure des sciences — Sans user d'aucune contrainte ni d'aucune violence, il [le Christ] fait plier la volonté de l'homme à la volonté de Dieu. Telle est la science par excellence, car par elle, un profond changement se produit dans l'esprit et le caractère — changement qui doit s'opérer dans la vie de quiconque franchira les portes de la cité de Dieu. — Lettre 155, 1902, p. 1; My Life Today, 340. {EMS2 770.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 770.2

La vraie science ne contredit pas la révélation divine — Dieu est le fondement de toutes choses. Toute vraie science est en harmonie avec son œuvre; toute véritable éducation conduit à obéir à son autorité. La science ouvre à notre esprit de nouvelles merveilles; elle élève vers les hauteurs et explore de nouvelles profondeurs, mais ses recherches ne conduisent à rien qui contredise la révélation divine. — The Signs of the Times, 20 mars 1884; The S.D.A. Bible Commentary 7:916. {EMS2 770.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 770.3

Les secrets insondables du Très-Haut — "Ce qui est caché appartient à l'Eternel, notre Dieu; mais la révélation est pour nous et pour nos enfants à jamais." Deutéronome 29:29. Dieu n'a pas révélé à l'homme la façon dont il s'y est pris pour créer l'univers. La science est impuissante à sonder les secrets du Très-Haut, dont la vertu créatrice est aussi incompréhensible que son existence. — Patriarches et prophètes, 90 (1890). {EMS2 770.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 770.4

La Bible: notre guide — Nous sommes tributaires de la Bible pour ce qui concerne la connaissance de l'histoire originelle de notre monde, la création de l'homme et sa chute. Si l'on élimine la Parole de Dieu, que reste-t-il, sinon les fables, les conjectures et la détérioration de l'intelligence qui est le fruit des erreurs séduisantes? {EMS2 770.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 770.5

Où qu'ils soient, les chrétiens peuvent rester en communion avec Dieu. Ils peuvent bénéficier de l'intelligence d'une science sanctifiée. Leur esprit peut être fortifié, comme le fut 771celui de Daniel. Dieu lui donna "du discernement dans toutes les lettres, et de la sagesse". Parmi les jeunes gens examinés par Neboukadnetsar, "il ne s'en trouva aucun comme Daniel, Hanania, Mischaël et Azaria. Ils se tinrent donc devant le roi. Sur tous les sujets qui réclamaient de la sagesse et de l'intelligence, et sur lesquels le roi les interrogeait, il les trouvait dix fois supérieurs à tous les magiciens et astrologues qui étaient dans tout son royaume." Daniel 1:17, 19, 20. — The Review and Herald, 10 novembre 1904. {EMS2 770.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 771.1

Toute vérité doit être conséquente avec elle-même — La simplicité de la foi leur a manqué [ceux qui contestent la véracité du récit de la Genèse], faute d'avoir eu une ferme confiance dans la divine autorité de la Parole de Dieu. Celle-ci ne peut être jugée par de prétendues notions scientifiques. Les connaissances humaines sont toujours sujettes à caution. C'est par esprit de contradiction et par ignorance soit de la science, soit de la Bible, que les sceptiques prétendent les trouver en conflit. Bien comprises toutes deux, elles sont parfaitement d'accord. Moïse a écrit sous la direction de l'Esprit divin. Une connaissance exacte de la géologie ne se réclame jamais de découvertes qui ne puissent se concilier avec ses déclarations. Toute vérité, soit naturelle, soit révélée, est d'accord avec elle-même dans toutes ses manifestations. — Patriarches et prophètes, 90 (1890). {EMS2 771.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 771.2

Se tenir sur ses gardes — Nous devons constamment nous défier des sophismes qui portent sur la géologie et sur d'autres branches de la science faussement nommée qui n'ont qu'une apparence de vérité. Les théories des grands hommes doivent être soigneusement passées au crible et débarrassées de toute trace d'incrédulité. Si elle est acceptée par les étudiants de nos écoles, une seule petite graine semée par les maîtres produira une moisson d'incrédulité. Tout l'éclat de l'intellignece que l'homme possède vient du Seigneur, et cette intelligence devrait être employée à son service. — The Review and Herald, 1 mars 1898; The S.D.A. Bible Commentary 7:916. {EMS2 771.2}

772

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 772.1

Le rôle du Saint Esprit — La science est une puissance, mais une puissance pour le bien uniquement lorsqu'elle est associée à la vraie piété. La science doit être vivifiée par l'Esprit de Dieu afin de servir les objectifs les plus nobles. Plus nous sommes en relation étroite avec Dieu, mieux nous pouvons comprendre la valeur de la vraie science; car les attributs de Dieu, tels qu'on peut les voir dans ses œuvres créées, peuvent être les mieux appréciés par celui qui a une connaissance du Créateur de toutes choses, de l'Auteur de toute vérité. Ceux-là peuvent faire le meilleur usage de la science, car lorsqu'ils sont sous l'emprise totale de l'Esprit de Dieu, leurs talents peuvent donner la pleine mesure de leur efficience. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 38 (1913). {EMS2 772.1}

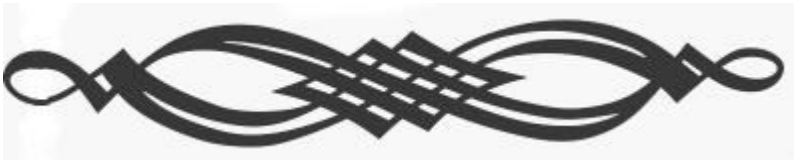
Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 772.2

Au service de la religion — Il doit y avoir des écoles fondées sur les principes de la Parole de Dieu et régies par eux. Nos écoles doivent être animées d'un autre esprit afin de favoriser et de sanctifier toutes les branches de l'éducation. Il faut solliciter avec ferveur l'aide divine, et celle-ci ne sera pas recherchée en vain. {EMS2 772.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 772.3

Les promesses de la Parole de Dieu nous appartiennent. Nous pouvons compter sur la présence du divin Maître. Nous pouvons voir l'Esprit du Seigneur se répandre comme ce fut le cas dans les écoles de prophètes et chaque objet recevoir l'approbation divine. Alors la science sera, comme elle le fut pour Daniel, au service de la religion; et tous les efforts, du premier au dernier, contribueront au salut de l'homme — corps, âme et esprit — et à la gloire de Dieu par Jésus Christ. — The Signs of the Times, 13 août 1885; Fundamentals of Christian Education, 99. {EMS2 772.3}

773



Chapitre 83 — La gérontologie

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 773.1

Le sentiment d'être utile — Les personnes âgées ont elles aussi besoin des influences bienfaisantes de la famille. Qu'elles trouvent au foyer de leurs frères et sœurs en Christ la consolation d'avoir perdu la leur. Si vous leur permettez de s'intéresser aux activités de la famille et de participer aux occupations de ménage, elles auront le sentiment de n'être pas inutiles et de pouvoir encore faire quelque chose. Dites-leur que vous appréciez leur aide; cela réjouira leur cœur et donnera un but nouveau à leur existence. — Le ministère de la guérison, 173, 174 (1905). {EMS2 773.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 773.2

Le besoin de chaleur humaine — Les personnes dont les cheveux blancs et la démarche incertaine indiquent la fin prochaine devraient autant que possible trouver asile chez leurs amis, dans un endroit qui leur soit familier et où elles pourront adorer Dieu avec ceux qu'elles connaissent et qu'elles aiment. Que des mains affectueuses prennent donc soin d'elles. — Le ministère de la guérison, 174 (1905). {EMS2 773.2}

774

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 774.1

Les maisons de retraite ne sont pas idéales — Un autre problème souvent évoqué est celui des soins que nous devons prendre de nos frères et sœurs âgés et sans foyer. Que pouvons-nous faire pour eux? Les instructions que le Seigneur m'a données m'ont été répétées. Etablir des maisons de vieillards où ils puissent jouir de la compagnie des autres n'est pas ce qu'il y a de mieux à faire. Ils ne devraient pas non plus avoir à s'éloigner de leur demeure pour qu'on s'occupe d'eux. Que les membres de chaque famille prennent soin de leurs propres parents. Quand ce n'est pas possible, cette tâche incombe à l'Eglise qui devrait l'accepter à la fois comme un devoir et comme un privilège. Tous ceux qui ont l'esprit du Christ témoigneront de la tendresse et un intérêt spécial à ceux qui sont faibles et âgés. — Témoignages pour l'Église 2:593 (1900). {EMS2 774.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 774.2

Une bénédiction inestimable pour les familles — La présence, sous notre toit, de l'une de ces personnes dépendantes est une occasion précieuse de collaborer avec le Christ dans une œuvre de miséricorde, et de développer des traits de caractère semblables aux siens. Une bénédiction repose sur l'association des vieux et des jeunes. Ceux-ci peuvent apporter un rayon de soleil dans le cœur des personnes âgées qui, à l'heure où la vie va bientôt leur échapper, ont besoin du contact de leur enthousiasme et de leur optimisme. En retour, les jeunes profiteront des leçons de sagesse et d'expérience que leur donneront leurs aînés. Ils ont surtout besoin d'apprendre à accomplir un service désintéressé. La présence d'une personne ayant besoin de sympathie et d'indulgence serait pour bien des foyers une bénédiction inestimable. Elle adoucirait et

raffinerait la vie de famille et ferait naître chez les jeunes comme chez les plus âgés les grâces chrétiennes qui les illumineraient d'une beauté divine et les enrichiraient des trésors impérissables du ciel. — Le ministère de la guérison, 174, 175 (1905). {EMS2 774.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 774.3

Liens d'affection entre jeunes et vieux — Combien il est émouvant de voir jeunes et vieux s'appuyer les uns sur les autres! les jeunes se tournant vers les personnes âgées pour 775en obtenir conseils et sagesse, les personnes âgées comptant sur les jeunes pour recevoir d'eux aide et sympathie. Il doit en être ainsi. Dieu veut que les jeunes possèdent des dispositions telles qu'ils éprouvent de la joie à sympathiser avec les personnes âgées, de manière à nouer des liens durables d'affection avec ceux qui désormais ne sont pas loin de la tombe. — Lettre 6, 1886, p. 1; Sons and Daughters of God, 161. {EMS2 774.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 775.1

Les soins aux parents âgés — Les parents ont droit à un degré d'affection et de respect qui n'est dû à aucune autre personne. Dieu les tient pour responsables des âmes qu'il leur a confiées, et il veut que les parents occupent sa place auprès de leurs enfants durant les premières années de leur vie. Celui qui rejette l'autorité légitime de ses parents rejette donc l'autorité de Dieu. D'après le cinquième commandement, les enfants doivent non seulement respecter leurs parents et leur obéir, mais encore les entourer d'affection et de tendresse, alléger leur charge, veiller sur leur réputation, et constituer l'appui et la consolation de leur vieillesse. Ce commandement comprend également les égards dus aux pasteurs et aux magistrats, comme à tous ceux auxquels Dieu a confié quelque autorité. — Patriarches et prophètes, 280, 281 (1890). {EMS2 775.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 775.2

Leur vigeur décline — Ceux qui ont des personnes âgées à soigner doivent se souvenir qu'elles ont particulièrement besoin de chambres chaudes et confortables. La vigueur décline à mesure que les années s'écoulent, laissant moins de vitalité pour résister aux influences malsaines; c'est pourquoi il faut aux personnes âgées beaucoup de soleil et d'air pur. — Le ministère de la guérison, 232 (1905). {EMS2 775.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 775.3

Quand les forces mentales diminuent — Il arrive fréquemment que les gens âgés ne veulent pas reconnaître que leur vigueur intellectuelle faiblit. Ils abrègent leurs jours en prenant sur eux des soucis qui incombent à leurs enfants. Souvent, Satan agit sur leur imagination et leur fait ressentir une anxiété continuelle au sujet de leur argent. Celui-ci est leur 776idole et ils amassent cupidement. Parfois, ils se privent de leurs aises et travaillent au-delà de leurs forces plutôt que de faire usage de leurs biens. De cette façon, ils sont comme dans un continuel dénuement, car ils craignent de manquer un jour du nécessaire. {EMS2 775.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 776.1

Satan est à l’origine de ces craintes. C’est lui qui excite les organes qui sont la cause de peurs séniles et de jalousies, lesquelles détruisent la noblesse de l’âme, les pensées et les sentiments élevés. {EMS2 776.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 776.2

Chez de telles personnes, il s’agit d’une véritable folie de l’argent. Si elles se plaçaient dans la position que Dieu voudrait leur voir prendre, leurs derniers jours seraient les plus heureux de leur vie; leurs enfants feraient leur bonheur si elles voulaient se confier à leur honnêteté et à leur gestion judicieuse. A moins d’agir ainsi, Satan profitera de leur déficience mentale et gérera leurs biens à leur place. Ces personnes âgées devraient déposer toute anxiété et tout fardeau, employer leur temps aussi agréablement que possible et se préparer pour le royaume de Dieu. — Témoignages pour l’Église 1:193, 194 (1864). {EMS2 776.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 776.3

Des pertes de mémoire — Celui qui a blanchi sous le harnais au service de Dieu peut constater qu’il y a des trous dans sa mémoire concernant ce qui se passe autour de lui, et les transactions récentes peuvent rapidement s’effacer de sa mémoire; en revanche, il se souvient très bien des scènes et des événements de son enfance. Oh! puissent les jeunes se rendre compte à quel point il est important de garder son esprit pur et intact, exempt de pensées corruptrices, et de préserver leur âme de toute habitude avilissante, car la pureté ou l’impureté de la jeunesse se répercute jusque dans la vieillesse. — The Youth’s Instructor, 25 octobre 1894; Sons and Daughters of God, 78. {EMS2 776.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 776.4

Les traits de caractère s’aiguisent avec l’âge — Dans une vision, il m’a été montré David implorant le Seigneur de ne pas l’oublier dans sa vieillesse, et j’ai compris ce qui inspirait sa prière fervente. Le roi avait constaté que la plupart des vieillards autour de lui étaient malheureux et que les défauts 777de leur caractère augmentaient avec l’âge. Ceux qui étaient avares et cupides par nature l’étaient encore davantage dans leurs vieux jours. Il en allait de même pour ceux qui étaient jaloux, irritables et d’humeur chagrine. — Testimonies for the Church 1:422 (1864). {EMS2 776.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 777.1

Jalousie incontrôlable et mauvais jugement — David se désespérait de voir que les rois et les nobles, qui semblaient craindre Dieu aussi longtemps qu’ils étaient dans la force de l’âge, jalousaient leurs meilleurs amis et leurs proches en devenant vieux. Ils avaient sans cesse peur que ce soit pour des motifs égoïstes que leurs amis leur manifestent de l’intérêt. Ils écoutaient les insinuations et les avis trompeurs des étrangers concernant ceux en qui ils auraient dû avoir confiance. Leur jalousie sans frein s’enflammait parfois lorsqu’on se permettait de les contrarier, car ils ne pouvaient admettre qu’ils se trompaient. Leur cupidité était terrible. Ils pensaient souvent que leurs propres enfants et leurs proches désiraient leur mort pour s’emparer de leur place et de leurs biens, et recevoir les hommages dont ils avaient eux-mêmes été

comblés. Certains d'entre eux se laissaient aller à leur jalousie et à leurs convoitises au point de vouloir détruire leurs propres enfants. — Témoignages pour l'Église 1:192, 193 (1864). {EMS2 777.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 777.2

Prière de David dans sa vieillesse — David remarqua aussi que certains hommes dont la vie avait été droite, semblaient perdre le contrôle d'eux-mêmes lorsque la vieillesse approchait. Satan prenait possession de leur esprit, et semait en éux l'inquiétude et le mécontentement. Le roi se rendit compte que beaucoup de vieillards paraissaient abandonnés de Dieu et s'exposaient eux-mêmes au ridicule et aux accusations des ennemis du Très-Haut. {EMS2 777.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 777.3

David en fut profondément impressionné et l'angoisse se saisit de lui à la pensée de sa propre vieillesse. Il craignit que Dieu ne l'abandonnât et qu'il ne fût aussi malheureux que les vieillards dont il avait remarqué la conduite. Il eut peur d'être exposé au blâme des ennemis du Seigneur. C'est accablé de ce poids qu'il prononça cette fervente prière: "Ne me rejette 778pas au temps de la vieillesse; quand mes forces s'en vont, ne m'abandonne pas!... O Dieu! tu m'as instruit dès ma jeunesse, et jusqu'à présent j'annonce tes merveilles. Ne m'abandonne pas, ô Dieu! même dans la blanche vieillesse, afin que j'annonce ta force à la génération présente, ta puissance à la génération future!" Psaumes 71:9, 17, 18. David sentait la nécessité de prévenir les maux qui attendent la vieillesse. — Témoignages pour l'Église 1:193 (1864). {EMS2 777.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 778.1

User avec sagesse des moyens que Dieu nous a confiés. — Frère L. est un économe de Dieu. Il lui a été confié des moyens, et il devrait être conscient de son devoir et rendre au Seigneur ce qui lui appartient. Il devrait comprendre les droits que Dieu a sur lui. Tandis qu'il vit et dispose de sa capacité de raisonner, il devrait gérer les biens que le Seigneur lui a confiés, au lieu de laisser à d'autres le soin de les utiliser et de les gérer après sa mort. — Testimonies for the Church 2:675 (1871). {EMS2 778.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 778.2

Ne pas laisser à l'abandon — Frère L. devrait mettre de l'ordre dans ses affaires et ne pas les laisser à l'abandon. Il lui appartient d'être riche en bonnes œuvres et de poser pour lui-même un fondement solide pour affronter l'avenir afin qu'il saisisse la vie éternelle. Se fier à son propre jugement faillible n'est pas sans danger pour lui. Il devrait prendre conseil auprès de frères expérimentés et rechercher la sagesse de Dieu afin d'être en mesure d'accomplir convenablement sa tâche. Il devrait agir avec sérieux, et se faire "des bourses qui ne s'usent pas, un trésor inépuisable dans les cieux". Luc 12:33. — Testimonies for the Church 2:676 (1871). {EMS2 778.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 778.3

Les ouvriers âgés devraient être valorisés — Nous devrions témoigner la plus chaleureuse affection à ceux dont la vie est passionnément attachée à l'œuvre de Dieu. Malgré leurs multiples infirmités, ces ouvriers possèdent des talents qui les qualifient pour jouer leur rôle à la place convenable. Le Seigneur veut qu'ils occupent des positions dirigeantes dans son œuvre. Ils sont restés fidèles au milieu de l'orage et des 779épreuves, et comptent parmi nos meilleurs conseillers. Combien nous devrions être reconnaissants de ce qu'ils peuvent encore employer leurs talents au service de Dieu! {EMS2 778.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 779.1

Que l'on n'oublie pas que dans le passé ces courageux combattants ont tout sacrifié pour l'avancement de la cause. Le fait qu'ils ont blanchi sous le harnais au service de Dieu n'est pas une raison pour qu'ils cessent d'exercer une influence supérieure à celle d'hommes qui connaissent bien moins son œuvre et qui ont bien moins d'expérience dans les choses divines... {EMS2 779.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 779.2

Bien que fatigués et incapables de porter les lourds fardeaux que des hommes plus jeunes peuvent et doivent porter, leur valeur comme conseillers est de premier ordre. Certes, ils ont commis des fautes, mais leurs défaillances leur ont appris la sagesse; ils ont appris à éviter les erreurs, les dangers, et en conséquence, ne sont-ils pas qualifiés pour donner des conseils? Ils ont affronté des difficultés et des épreuves, et bien qu'ils aient perdu une partie de leur vitalité, ils ne doivent pas être laissés de côté par des ouvriers moins expérimentés qu'eux qui n'ont qu'une faible idée du travail et de l'abnégation de ces pionniers. Le Seigneur ne les écarte pas ainsi; il leur donne une grâce et une connaissance particulières. — Testimonies for the Church 7:287, 288 (1902). {EMS2 779.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 779.3

Respect envers les pionniers de l'œuvre de Dieu — Les anciens porte-drapeau qui vivent encore ne devraient pas être placés dans des endroits difficiles. Ceux qui ont servi leur Maître lorsque la tâche était pénible, qui ont enduré la pauvreté et sont restés fidèles à la vérité quand nos effectifs étaient peu nombreux, doivent toujours être honorés et respectés. J'ai reçu instruction pour dire: Que chaque croyant respecte les pionniers âgés qui ont supporté des épreuves, des fatigues et de nombreuses privations. Ce sont les ouvriers du Seigneur, et ils ont joué un rôle de premier plan dans l'édification de son œuvre. — Testimonies for the Church 7:289 (1902). {EMS2 779.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 779.4

Les traiter comme des pères et des mères — Aussi 780longtemps que les porte-étendard âgés sont encore dans le champ, que ceux qui ont profité de leurs travaux en prennent soin et les honorent. Ne les surchargez pas. Appréciez leurs avis, leurs conseils. Traitez-les comme des pères et des mères ayant porté le fardeau de l'œuvre. Les ouvriers qui par le passé ont répondu aux besoins de la cause font bien, plutôt d'assumer eux-mêmes tous les fardeaux, de les placer

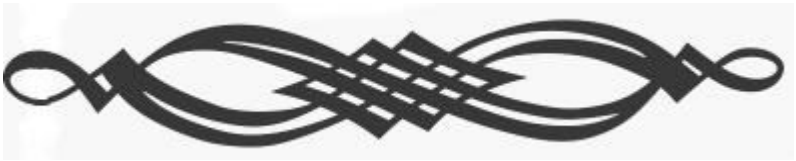
sur les épaules d'hommes et de femmes jeunes, et de les former comme Elie l'a fait pour Elisée. — The Review and Herald, 20 mars 1900; Messages choisis 2:260, 261. {EMS2 779.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 780.1

Conseil adressé à nos ouvriers âgés et éprouvés — Que le Seigneur bénisse et soutienne nos ouvriers âgés et éprouvés. Qu'il les aide à faire preuve de sagesse pour qu'ils préservent leurs forces physiques, mentales et spirituelles. J'ai reçu du Seigneur instruction pour dire à ceux qui ont apporté leur témoignage dans les premiers jours de notre message: "Dieu vous a dotés du pouvoir de la raison, et il désire que vous compreniez les lois qui concernent la santé et que vous y obéissiez. Ne soyez pas imprudents. Ne vous surmenez pas. Prenez le temps de vous reposer. Dieu veut que vous soyez à la place qui vous a été assignée, jouant votre rôle pour sauver hommes et femmes et faire en sorte qu'ils ne soient pas emportés par la marée puissante du mal. Il veut que vous portiez votre armure jusqu'au jour où il vous donnera l'ordre de la déposer. L'heure de votre récompense n'est pas éloignée." — Testimonies for the Church 7:289 (1902). {EMS2 780.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 780.2

Un piège à éviter — Je me sens poussée à dire à mes frères âgés: Marchez humblement avec Dieu. N'accusez pas les frères. Acquittez-vous de votre tâche sous la direction du Dieu d'Israël. La tendance à critiquer est pour beaucoup un piège. Ceux que vous êtes tentés de critiquer doivent porter des responsabilités que vous n'êtes manifestement pas en mesure d'assumer. Par contre, vous pouvez les aider. Si vous le voulez, vous pouvez rendre de précieux services à la cause de la vérité en témoignant des expériences que vous avez faites dans le passé pour le salut des âmes. Le Seigneur n'a confié 781à aucun de vous la charge de réprimander et de censurer vos frères. — Lettre 204, 1907, p. 1; Evangelism, 103, 104. {EMS2 780.2}



Section 17 — Psychologie pratique

Chapitre 84 — Traiter des émotions

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 785.1

Nous ne pouvons pas lire les mobiles — Souvenez-vous que vous ne pouvez pas lire dans les cœurs. Vous ne connaissez pas les mobiles qui ont déterminé les actions qui vous semblent condamnables. Nombreux sont ceux qui n'ont pas bénéficié d'une bonne éducation; leur caractère est faussé, ils sont durs, noueux et apparemment tortueux. Mais la grâce du Christ peut les transformer. Ne les rejetez pas, ne les poussez pas au découragement ou au désespoir en disant: "Vous m'avez déçu, et je renonce à vous aider." Quelques mots prononcés sous le coup de la mauvaise humeur — comme nous pensons qu'ils le méritent — risquent de briser les liens qui auraient pu unir leurs cœurs aux nôtres. {EMS2 785.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 785.2

Une vie conséquente avec elle-même, la patience, le calme devant l'irritation restent encore le meilleur argument et l'invitation la plus pressante. Si vous avez eu des occasions favorables et des avantages qui n'ont pas été accordés à d'autres, tenez-en compte, et en tant que maître, montrez-vous toujours prudent, avisé et aimable. {EMS2 785.2}

786

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 786.1

Pour que la cire reproduise nettement le cachet*

L'auteur écrivait à une époque où l'on utilisait couramment la cire à cacheter. (N.D.T.)

, on ne pose pas celui-ci violemment, mais on le pose délicatement sur la cire molle et on le presse doucement, sans à-coups, jusqu'à ce qu'elle ait durci. C'est ainsi que l'on doit se comporter à l'égard des êtres humains. La continuité de l'influence chrétienne est le secret de sa puissance, et dépend de la constance avec laquelle vous manifestez le caractère du Christ. Venez en aide à ceux qui se sont égarés en leur faisant part de vos expériences. Dites-leur comment — alors que vous aviez commis de graves erreurs — , la patience, la bonté et le dévouement de vos collaborateurs vous ont inspiré courage et espoir. — Testimonies on Sabbath School Work, 116, 117 (1900); Counsels on Sabbath School Work, 100, 101. {EMS2 786.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 786.2

Une force que captive le corps, l'esprit et l'âme — Une fièvre telle qu'on n'en a jamais vu gagne le monde. Divertissement, course à l'argent, au pouvoir, lutte pour la vie, une puissance terrible s'empare du corps, de l'esprit, de l'âme. Au milieu de cette ruée, de cette folie, Dieu parle. Il nous invite à venir à écart et à communier avec lui. "Arrêtez, et reconnaissez que je suis Dieu." Psaumes 46:11. — Education, 292 (1903). {EMS2 786.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 786.3

Guérir les maux spirituels — Ce monde est un vaste hôpital; mais le Christ est venu pour guérir les malades et procurer la délivrance aux captifs de Satan. Il était toute santé et toute force. Il communiquait sa vie aux malades, aux affligés, aux possédés et ne renvoyait aucun de ceux qui accouraient à lui pour obtenir la guérison. Le Sauveur n'ignorait pas que ceux qui imploraient son secours étaient souvent responsables de leurs maux; néanmoins il ne refusait jamais de leur rendre la santé. Quand une vertu sortait du Christ et se communiquait à ces pauvres âmes, elles étaient convaincues de péché, et plusieurs étaient délivrées de leurs maladies spirituelles aussi bien que de leurs maladies physiques. L'Evangile possède toujours la même puissance: pourquoi donc ne serions-nous 787pas témoins aujourd'hui des mêmes résultats? — Jésus Christ, 825 (1898). {EMS2 786.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 787.1

Agents humains — agents du ciel — Les agents humains sont les mains dont se servent les agents célestes, car les anges utilisent des mains humaines pour exercer dans la pratique leur ministère. En tant qu'auxiliaires, les agents humains doivent tirer parti de la connaissance et des facultés des êtres célestes. En s'unissant à ces forces toutes-puissantes, nous bénéficions de leur éducation et de leur expérience supérieures. Ainsi, nous devenons participants de la nature divine, nous éliminons l'égoïsme de notre vie, et des talents particuliers nous sont donnés qui nous permettent de nous aider les uns les autres. Tel est le moyen que le ciel emploie pour dispenser la puissance salvatrice. — Testimonies for the Church 6:456, 457 (1900). {EMS2 787.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 787.2

La part de Dieu et celle de l'homme — Le Seigneur prescrit toujours à l'agent humain quelle est sa tâche. Il s'agit donc d'une coopération entre le divin et l'humain dans laquelle l'homme agit pour obéir à la lumière divine qui lui est donnée. Si Saul [de Tarse] avait dit: Seigneur, je ne suis nullement disposé à suivre tes instructions pour mener à bien mon propre salut, Dieu aurait eu beau faire briller dix fois plus de lumière sur lui, cela n'eût servi à rien. {EMS2 787.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 787.3

La part de l'homme consiste à collaborer avec le divin. Ce conflit est le plus dur, le plus sévère, qui coïncide avec le but et l'heure où l'homme décide de faire plier sa volonté à celle de Dieu et d'accorder ses voies à celles du Seigneur, en s'appuyant sur les influences de sa grâce qui se sont manifestées tout au long de sa vie. C'est à l'homme qu'il incombe de se plier — "car c'est Dieu qui opère en vous le vouloir et le faire selon son dessein bienveillant". Philippiens 2:13. C'est le caractère qui détermine la nature de la résolution et de l'action. L'action ne dépend pas des sentiments ou des inclinations, mais de la connaissance de la volonté de notre Père qui est dans les cieux. Suivez donc les directives du Saint Esprit, et obéissez-y. — Lettre 135, 1898, p. 1. {EMS2 787.3}

788

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 788.1

Parler de la puissance du Christ — Si l'on s'informe de votre santé, ne répondez pas de manière à vous attirer la sympathie. Ne parlez pas de votre manque de foi, de vos soucis, de vos peines. Le tentateur se réjouit lorsqu'il entend de telles plaintes, car c'est le glorifier que de s'entretenir de sujets attristants. Nous ne devons pas nous appesantir sur la grande puissance qu'a Satan de nous vaincre. En le faisant, nous nous livrons nous-mêmes entre ses mains. {EMS2 788.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 788.2

Parlons plutôt du pouvoir merveilleux que déploie notre Dieu pour nous unir à lui. Entretenons-nous de l'incomparable puissance du Christ et de sa gloire. Le ciel tout entier s'intéresse à notre salut. Les anges de Dieu, par milliers de milliers et myriades de myriades, sont au service de ceux qui doivent hériter la vie éternelle. Ils nous préservent du mal et repoussent les puissances des ténèbres qui s'acharnent à nous perdre. N'avons-nous pas lieu d'être reconnaissants à chaque instant, alors même que des difficultés apparentes se dressent sur notre sentier? — Le ministère de la guérison, 217, 218 (1905). {EMS2 788.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 788.3

Ne pas exprimer des sentiments négatifs — Si vous êtes tristes, gardez pour vous vos impressions. Ne jetez pas une ombre sur la vie de vos semblables. Une religion morose n'attire pas les âmes; elle les éloigne au contraire jusque dans les filets que Satan dispose pour y faire tomber ceux qui s'égarent. Au lieu de penser à vos sujets de découragement, songez à la force qui est en Christ. Fixez votre attention sur ce qui est invisible. Dirigez vos pensées sur l'amour immense que Dieu a manifesté à votre égard. La foi endure l'épreuve, résiste à la tentation, supporte les désappointements. Jésus est notre avocat. Tout ce qui peut nous assurer sa médiation est à notre disposition. — Le ministère de la guérison, 421, 422 (1905). {EMS2 788.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 788.4

Sourires et paroles joyeuses — Si nous regardons au bon côté des choses, cela suffira à nous rendre joyeux et de bonne humeur. Si nous sourions, on nous rendra la pareille; il en sera de même si nous prononçons des paroles joyeuses, agréables. {EMS2 788.4}

789

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 789.1

Lorsque les chrétiens paraissent aussi tristes et découragés que s'ils étaient abandonnés, ils donnent une fausse image de la religion. On a parfois entretenu l'idée que la joie est incompatible avec la dignité du caractère chrétien; mais cela est totalement faux. Le ciel est toute joie. — The Signs of the Times, 12 février 1885. {EMS2 789.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 789.2

Influence bénéfique de la joie — C’est un devoir pour chacun de cultiver la bonne humeur au lieu de ressasser ses soucis et ses difficultés. Nombreux sont ceux qui non seulement se rendent ainsi malheureux, mais encore qui sacrifient leur santé et leur bonheur à cause d’une imagination morbide. Il y a, dans leur entourage, des choses qui ne sont pas agréables, et leur visage continuellement renfrogné exprime mieux que des mots ne sauraient le dire leur mécontentement. {EMS2 789.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 789.3

Ces émotions déprimantes nuisent grandement à leur santé, car en gênant le processus de la digestion, elles contrarient celui de la nutrition. Alors que le souci et l’anxiété ne peuvent remédier à un seul mal, ils peuvent au contraire nous être grandement dommageables. Mais la joie et l’espoir, qui éclairent le sentier de nos semblables, “sont la vie pour ceux qui les trouvent, et pour tout le corps c’est la santé”. Proverbes 4:22. — The Signs of the Times, 12 février 1885; My Life Today, 153. {EMS2 789.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 789.4

Eliminer les soucis à l’heure des repas — Apprenez personnellement ce que vous pouvez manger, quels sont les aliments qui vous conviennent le mieux, et soumettez-vous aux injonctions de votre raison et de votre conscience. Au moment du repas, débarrassez-vous de tous les soucis et de toute réflexion profonde et pénible. Ne vous hâtez pas, mais mangez lentement et avec joie, le cœur rempli de reconnaissance envers Dieu pour toutes ses bénédictions. N’entreprenez pas un travail intellectuel sitôt après le repas. Livrez-vous à un léger exercice, et laissez à l’estomac le temps de commencer son travail. — Ministère évangélique, 237, 238 (1892); Counsels on Health, 565. {EMS2 789.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 789.5

Influence néfaste de l’erreur — Une fois que l’erreur a pris possession de l’esprit, celui-ci ne peut plus s’ouvrir 790pleinement à la vérité, même après investigation. Les anciennes théories chercheront à s’imposer. L’intelligence des choses vraies, élevées et sanctifiantes s’en trouvera obscurcie. Des idées superstitieuses pénétreront l’esprit et se mêleront au vrai, et l’influence de ces idées-là sont toujours avilissantes. {EMS2 789.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 790.1

La connaissance de l’Evangile porte l’empreinte personnelle d’une supériorité infinie dans tout ce qui touche à la préparation en vue de la vie future et immortelle. Cette connaissance différencie le lecteur de la Bible, le croyant chrétien qui a reçu le précieux trésor de la vérité, du sceptique et de celui qui souscrit à la philosophie païenne. {EMS2 790.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 790.2

Attachez-vous au mot d’ordre “Il est écrit”. Chassez de votre esprit les théories dangereuses, exécrables qui, si elles sont cultivées, l’asserviront, empêchant l’homme de devenir une nouvelle créature en Christ. L’esprit doit être constamment tenu en bride et protégé. On doit le

nourrir uniquement de ce qui est propre à renforcer son expérience religieuse. — Manuscrit 42, 1904; Medical Ministry, 89. {EMS2 790.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 790.3

Le seul espoir de réforme — Aucune réforme véritable ne peut être accomplie sans la puissance divine. Les barrières humaines destinées à neutraliser les tendances naturelles ou acquises ne sont que des digues de sable contre un torrent. Tant que la vie de Jésus ne nous galvanisera pas, nous ne pourrons résister aux tentations, qu'elles viennent de l'intérieur ou de l'extérieur. — Le ministère de la guérison, 105 (1905). {EMS2 790.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 790.4

La puissance des agents célestes doit s'associer aux agents humains. C'est pour nous la seule voie du succès. — Lettre 34, 1891, p. 1. {EMS2 790.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 790.5

Ne pas s'attarder sur nos propres émotions — Il n'est pas sage de regarder à nous-mêmes et d'analyser nos sentiments. Si nous le faisons, l'ennemi nous présentera des difficultés et des tentations qui affaibliront notre foi et détruiront notre courage. Scruter ses émotions et s'abandonner à ses impressions, c'est s'exposer au doute, aller au-devant des difficultés. Détournons les regards de nous-mêmes et portons-les sur 791Jésus. — Le ministère de la guérison, 215 (1905). {EMS2 790.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 791.1

L'Esprit de Dieu transforme les émotions — Quand l'Esprit de Dieu prend possession du cœur, il transforme la vie. Les pensées coupables sont éliminées et l'on renonce aux mauvaises actions; l'amour, l'humilité et la paix se substituent à la colère, à l'envie, aux conflits. La tristesse cède le pas à la joie et le visage reflète celle du ciel. Personne ne voit la main qui soulage des fardeaux ni la lumière qui descend des parvis d'en haut. La bénédiction est accordée lorsque par la foi l'âme s'abandonne au Seigneur. Alors, cette puissance qu'aucun œil humain ne peut voir crée un nouvel être à l'image de Dieu. — The Review and Herald, 19 novembre 1908; My Life Today, 46. {EMS2 791.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 791.2

Beaucoup de sagesse — Il faut une grande sagesse pour soigner les malades de l'esprit. Un cœur ulcéré, un esprit découragé a besoin d'être traité avec douceur... C'est en leur témoignant beaucoup de sympathie que l'on arrive à faire du bien à ces malades. Le médecin doit d'abord gagner leur confiance, puis les conduire au grand Médecin. S'ils peuvent avoir foi en lui, et se persuader qu'il s'occupe de leur cas, leur esprit sera soulagé, et souvent ils guériront. — Le ministère de la guérison, 209, 210 (1905). {EMS2 791.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 791.3

Le tendresse de Jésus — Le Christ s'associe aux intérêts de l'humanité. L'œuvre qui jouit des lettres de créance divines est celle qui manifeste l'esprit de Jésus, qui témoigne de son amour, de sa bienveillance et de sa tendresse envers l'esprit des hommes. Quelle révélation ce serait pour l'homme si le rideau était tiré et si vous pouviez voir les fruits de votre œuvre en faveur des égarés qui avaient besoin d'un traitement particulièrement judicieux, de peur qu'ils ne s'écartent du droit chemin. "C'est pourquoi redressez les mains abattues et les genoux paralysés. Que vos pieds suivent des pistes droites, afin que ce qui est boiteux ne dévie pas, mais plutôt soit guéri." Hébreux 12:12, 13. — Special Testimonies Series A 3:9, 10 (3 août 1894); Testimonies to Ministers and Gospel Workers, 184, 185. {EMS2 791.3}

792

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 792.1

Un courant d'énergie vivifiante — La puissance de l'amour inspirait toutes les guérisons du Christ, et ce n'est que dans la mesure où nous partageons cet amour, par la foi, que nous pouvons servir d'instruments à son œuvre. Si nous négligeons la communion vivante avec le Christ, nous ne serons pas à même de transmettre au monde le courant de l'énergie vivifiante. — Jésus Christ, 826, 827 (1898). {EMS2 792.1}

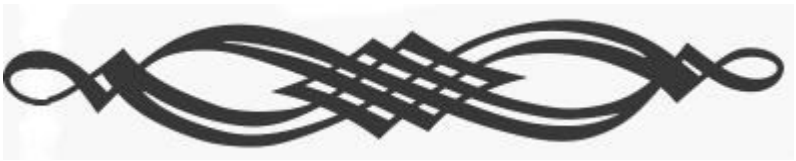
Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 792.2

L'unique source de la vraie paix — La paix, le repos de l'esprit n'a qu'une source, celle que Jésus indiquait dans cette promesse: "Je vous laisse la paix, je vous donne ma paix. Je ne vous donne pas comme le monde donne" (Jean 14:27); et dans ce conseil: "Venez à moi, vous tous qui êtes fatigués et chargés, et je vous donnerai du repos." Matthieu 11:28. Cette paix ne peut donc être obtenue que par le Christ. N'essayons pas de la chercher ailleurs. — Le ministère de la guérison, 212 (1905). {EMS2 792.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 792.3

L'expérience du Christ devrait être la nôtre — Le cri de l'humanité, poussé par le Christ, émouvait l'infinie pitié du Père. En tant qu'homme, il adressait ses supplications au trône de Dieu; comme résultat, un courant céleste venait charger son humanité et établir une relation entre l'humanité et la divinité. Grâce à une communion continuelle, il recevait de Dieu une vie qu'il pouvait communiquer au monde. Nous sommes appelés à répéter la même expérience. — Jésus Christ, 355, 356 (1898). {EMS2 792.3}

793



Chapitre 85 — Donner et recevoir des conseils

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 793.1

Un besoin — Il nous faut des conducteurs sages et réfléchis, bien équilibrés, capables de donner des conseils avisés, qui comprennent la nature humaine et savent diriger et conseiller dans la crainte de Dieu. — Lettre 45, 1893, p. 1; Messages choisis 2:415. {EMS2 793.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 793.2

Importance de l'écoute — Il nous faut donc des bergers qui, sous la direction de leur Chef, iront à la recherche des brebis perdues. Cela comporte le sacrifice de ses aises, l'abandon du bien-être matériel. Cela comporte aussi une tendre sollicitude pour les égarés, une compassion et une longanimité toutes divines. Cela signifie enfin qu'on écoutera d'une oreille attentive et avec sympathie les récits lamentables du péché, de la dégradation, du désespoir et de la misère. — Ministère évangélique, 178 (1915). {EMS2 793.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 793.3

L'importance de l'œuvre du pasteur-conseiller — De même que le médecin s'occupe des maladies du corps, ainsi le pasteur a affaire aux maladies de l'âme. Son travail est d'autant plus important qu'il produit des conséquences sur la vie éternelle et non sur une existence limitée ici-bas. Le 794pasteur rencontrera une variété infinie de tempéraments. Aussi est-il de son devoir de se familiariser avec toutes les personnes qui suivent son enseignement, afin de savoir par quel moyen il engagera chacun dans la bonne direction. — Ministère évangélique, 332 (1915). {EMS2 793.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 794.1

Prendre les gens où ils sont — Prendre les gens là où ils sont quelle que soit leur situation et leur condition, et les aider par tous les moyens — en cela consiste le ministère de l'Evangile, Il se peut que les prédicateurs doivent aller au domicile des malades et qu'ils leur disent: "Je suis prêt à vous aider, et je ferai de mon mieux. Je ne suis pas médecin, mais je suis pasteur, et j'aime me consacrer aux malades et aux affligés." Ceux qui sont malades dans leur corps le sont presque toujours dans leur âme, et quand le corps est malade, l'âme l'est aussi. — Manuscrit 62, 1900; Medical Ministry, 238. {EMS2 794.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 794.2

Aller au-devant des chagrins — Il faut que les serviteurs de Dieu aient l'amour ardent de Jésus dans leur cœur. Que tout ministre de l'Evangile vive comme un homme au milieu des hommes. Qu'il aille, selon des méthodes bien définies, de maison en maison, portant toujours avec lui le parfum de l'atmosphère céleste toute pénétrée d'amour. Partagez les chagrins, les difficultés et les malheurs de vos semblables. Prenez part aux joies et aux préoccupations de tous, des grands comme des petits, des riches comme des pauvres. — Lettre 50, 1897, p. 1; Evangelism, 315. {EMS2 794.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 794.3

De précieux conseils — Ceux qui sont inexpérimentés ont besoin d'être éclairés par de judicieux conseils lorsqu'ils sont éprouvés et assaillis par la tentation; il faut leur faire comprendre que la réussite dans le domaine spirituel leur coûtera des efforts constants et bien dirigés. A ceux qui sont jeunes dans la foi, il est nécessaire de rappeler souvent: "Si quelqu'un d'entre vous manque de sagesse, qu'il la demande à Dieu qui donne à tous libéralement et sans faire de reproche, et elle lui sera donnée." Jacques 1:5. Ces paroles doivent 795être présentées dans l'esprit du Maître qui les a formulées, car elles ont plus de prix que l'or, l'argent ou les pierres précieuses. {EMS2 794.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 795.1

Enseignez aux jeunes disciples à mettre leur main dans la main du Christ en disant: "Conduis-moi, dirige-moi." Quel réconfort, quel encouragement, quelle bénédiction les âmes faibles et angoissées ne recevraient-elles pas si elles recherchaient Dieu avec humilité! A une condition toutefois: qu'elles le fassent avec foi, sans douter, au jour de l'épreuve. A ceux qui poursuivent cette recherche avec sincérité, la promesse est faite: "Vous recevrez des réponses favorables." "Vous recevrez." {EMS2 795.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 795.2

Il est nécessaire de rappeler souvent que Dieu ne manque jamais à sa parole. Mieux vaut faire confiance au Seigneur que de se confier aux princes. Nous devons prescrire à chacun de déposer par la prière ses requêtes sur le propitiatoire. La force et la grâce sont assurées à celui qui le fait, car le Seigneur l'a promis. Mais nombreux sont ceux qui font preuve de faiblesse parce qu'ils ne croient pas que Dieu fera précisément ce qu'il a dit. — Manuscrit 19, 1894. {EMS2 795.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 795.3

Dieu a établi des règles — Le père est aussi le législateur de la famille. Comme Abraham, il faut qu'il fasse de la loi de Dieu la règle de sa maison. Le Seigneur dit d'Abraham: "Je l'ai choisi, afin qu'il ordonne à ses fils et à sa maison." Genèse 18:19. Il ne doit y avoir chez lui ni négligence coupable dans la répression du mal, ni favoritisme veule et imprudent, ni compromis entre le devoir et les exigences d'une affection mal placée. Abraham donnait non seulement de bonnes instructions, mais il maintenait l'autorité de règles justes et équitables. {EMS2 795.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 795.4

C'est pour notre bien que Dieu nous a donné des lois. Les enfants ne devraient pas être abandonnés à eux-mêmes sur des sentiers conduisant à la perdition. Avec bonté, mais avec fermeté, par des efforts persévérants et par la prière, que les parents répriment leurs mauvais désirs et combattent leurs inclinations fâcheuses. — Le ministère de la guérison, 329, 330 (1905). {EMS2 795.4}

796

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 796.1

Message adressé à un père désemparé — Vous avez été à la dérive dans le monde, mais la vérité éternelle sera pour vous une ancre. Il vous faut garder votre foi. N'agissez pas par impulsion et ne souscrivez pas à de vagues théories. La foi pratique en Christ et la soumission à la loi de Dieu sont pour vous d'une importance primordiale. Soyez disposé à recevoir les conseils et les avis de ceux qui ont de l'expérience. Ne renvoyez pas à plus tard l'œuvre de la victoire. Soyez fidèle à vous-même, à vos enfants et à Dieu. Votre fils affligé a besoin d'être entouré de tendresse. En tant que père, vous devez savoir que les nerfs qui peuvent frissonner de plaisir peuvent aussi ressentir intensément la douleur. Le Seigneur identifie ses intérêts à ceux de l'humanité souffrante. — Testimonies for the Church 4:368 (1879). {EMS2 796.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 796.2

Ce qui aurait pu être évité — Ils [les jeunes qui se marient prématurément] s'aperçoivent, trop tard, qu'ils ont commis une erreur, au péril de leur bonheur terrestre et de leur salut éternel. En acceptant les conseils qui leur étaient donnés, ils auraient pu s'éviter des années d'anxiétés et de souffrances; mais ils ont pensé en savoir plus long que tout le monde. Les conseils ne servent à rien quand on est décidé à suivre ses caprices. Aucun raisonnement, aucun jugement ne peut opposer une barrière efficace à la violence de la passion. — The Review and Herald, 25 septembre 1888; Message à la jeunesse, 455, 456. {EMS2 796.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 796.3

Qualités requises d'un conseiller — Il est de la plus haute importance que celui qui est chargé de veiller sur les intérêts spirituels des malades — sans parler de ses assistants — soit doué d'un jugement sain, qu'il soit fidèle aux principes, capable d'exercer une influence morale, et qu'il sache comment traiter les esprits. Ce devrait être un homme avisé et cultivé, affectueux et intelligent. Il se peut que de prime abord, ce ne soit pas quelqu'un d'efficient sous tous les rapports; mais il devrait, par son sérieux et par l'exercice de ses capacités, se qualifier pour cette œuvre importante. Pour remplir convenablement cette charge, il faut beaucoup de sagesse et 797de douceur associées à une intégrité sans faille, car il lui faudra affronter les préjugés, le sectarisme et des erreurs sous toutes les formes et de toutes sortes. — Testimonies for the Church 4:546, 547 (1880). {EMS2 796.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 797.1

Le danger des confidences trop intimes (conseil adressé à un prédicateur) — Hier soir votre cas s'est imposé à mon attention, et je m'adressais à vous comme une mère à son fils. Je disais: "Frère_____, vous ne devriez pas penser qu'il vous appartient de vous entretenir de certains sujets avec des jeunes femmes, même en présence de votre femme. Cela les encourage à croire qu'elles ont tout à fait le droit de confier aux prédicateurs les secrets et les ennuis de famille qui devraient être présentés à Dieu qui comprend le cœur, qui ne commet jamais d'erreur et juge avec justice. Refusez de prêter l'oreille à des confidences portant sur des sujets à caractère privé, concernant des familles ou des individus. Si certaines personnes sont

encouragées à faire part de leurs problèmes à un homme, elles penseront pouvoir continuer dans cette voie, et cela deviendra un piège non seulement pour celles qui se confient, mais aussi pour celui qui les écoute." — Lettre 7, 1889, p. 1. {EMS2 797.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 797.2

Conseils de prudence — Les femmes se sont senties attirées vers vous, et ont éprouvé le besoin de vous faire part de leurs soucis intimes et de leurs difficultés familiales. Ne les écoutez pas, mais dites-leur que vous n'êtes qu'un mortel sujet à l'erreur, et que Dieu est leur aide. Jésus connaît les secrets de tous les cœurs, et il peut les bénir et les soutenir. Dites-leur que vous risquez de vous tromper et d'être conduit à encourager le mal, plutôt que de le condamner. Montrez-leur "l'Agneau de Dieu, qui ôte le péché du monde". Si vous revêtez l'armure (Ephésiens 6:11) et, si vous faites un travail personnel — si douloureux soit-il — là où le besoin s'en fait sentir en faveur de ceux qui repoussent la lumière du ciel à cause de leur égoïsme et de leur cupidité, vous ne vous ferez peut-être pas beaucoup d'amis, mais vous sauverez des âmes. — Lettre 48, 1888, p. 1. {EMS2 797.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 797.3

Que les femmes ne soient pas attirées vers vous. Restez 798ferme dans la droiture de votre âme et dites-leur que vous n'êtes pas leur confesseur. C'est à Jésus que les secrets du cœur doivent être confiés. Vous n'êtes qu'un humain, et vous ne pouvez juger que d'un point de vue humain; vous pouvez donc prendre des décisions erronées et donner de mauvais conseils. — Manuscrit 59, 1900. {EMS2 797.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 798.1

Je ne saurais approuver le fait que vous avez des rencontres seul avec des jeunes femmes. Que des femmes d'expérience les éduquent et les instruisent en matière de comportement et d'influence. Ne permettez pas que ces jeunes femmes fassent part de leur vie privée à quelque homme que ce soit. Ce n'est pas conforme aux instructions divines, et vous ne devriez pas encourager quoi que ce soit dans ce sens. — Lettre 9, 1889, p. 1. {EMS2 798.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 798.2

Action efficace — Lorsqu'une crise survient dans la vie d'une personne à laquelle nous désirons apporter le secours de nos conseils ou de nos réprimandes, souvenons-nous que nos paroles n'auront d'autre influence que celle que notre exemple et notre esprit nous auront acquise. Il faut *être* bon avant de vouloir *faire* le bien. Nous n'exercerons jamais une action efficace sur nos semblables, si notre cœur n'a pas été humilié, purifié et attendri par la grâce du Christ. Quand ce changement aura été accompli en nous, il nous sera alors aussi naturel de vivre pour le bonheur des autres qu'il l'est au rosier de donner ses boutons odorants ou à la vigne ses grappes dorées. — Heureux ceux qui, 104. {EMS2 798.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 798.3

L’éducation de Moïse — D’aucuns se seraient passés de ce long stage de labeur obscur. Ils auraient envisagé comme une perte de temps inutile ces quarante ans que Dieu, dans sa sagesse infinie, appelait le futur conducteur de son peuple à consacrer aux humbles devoirs d’un berger. Les soins vigilants, l’oubli de soi et la tendre sollicitude dont il allait prendre l’habitude en gardant le troupeau de son beau-père, devaient le préparer à devenir, en Israël, un pasteur compatissant, un chef d’une patience à toute épreuve. Ces qualités, aucun des avantages de l’éducation ou de la culture humaine ne pouvait 799les remplacer. — Patriarches et prophètes, 225, 226 (1890). {EMS2 798.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 799.1

Tous n’ont pas la compétence voulue — Vous avez certains traits de caractère qui vous disqualifient pour vous occuper des esprits comme il convient. Vous ne travaillez pas de manière à produire les meilleurs résultats. — Lettre 205, 1904, p. 1. {EMS2 799.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 799.2

S’occuper des esprits est l’œuvre la plus noble à laquelle les humains peuvent se consacrer. Mais tous n’ont pas les qualifications requises pour redresser ceux qui s’égarent. Ils ne possèdent pas la sagesse nécessaire pour agir à la fois avec justice et avec une grande bonté. Ils ne voient pas la nécessité de mêler l’amour et une tendre compassion aux réprimandes adressées avec fidélité. Certains se montrent sévères sans nécessité, et ne tiennent pas compte de l’injonction de l’apôtre: “Ayez pitié des uns, de ceux qui doutent: sauvez-les en les arrachant au feu. Ayez pour les autres une pitié mêlée de crainte...”. Jude 1:22, 23. — Testimonies for the Church 3:269, 270 (1873). {EMS2 799.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 799.3

Les limitations de l’intelligence humaine — Une claire conception de ce qu’est Dieu et de ce qu’il nous demande d’être nous donnera une humble opinion de notre personne. Celui qui étudie convenablement le Livre sacré comprendra que l’intelligence humaine n’est pas toute-puissante, et que sans l’aide que le Seigneur seul peut donner, la force et la sagesse humaines ne sont que faiblesse et ignorance. — Testimonies for the Church 5:24 (1882). {EMS2 799.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 799.4

Qualités requises des collaborateurs de Dieu — Le Seigneur veut que nous comptions moins sur ce qui est fini, que nous dépendions moins des hommes. Certains conseillers montrent qu’ils ne connaissent pas la grâce du Christ et ne comprennent pas la vérité telle qu’elle est en lui. {EMS2 799.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 799.5

Ceux qui collaborent avec Dieu ont une humble opinion d’eux-mêmes. Ils ne sont ni vantards, ni suffisants, ni vaniteux. Ils sont patients, bienveillants, pleins de miséricorde et de bons fruits. Chez eux, l’ambition est reléguée à l’arrièreplan. La justice du Christ marche devant eux et la

gloire du 800Seigneur est leur récompense. — Special Testimonies Series A 3:48 (7 mai 1895); Testimonies to Ministers and Gospel Workers, 215, 216. {EMS2 799.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 800.1

Notre état de santé rejaillit sur notre entourage — Lorsque nous avons essayé de présenter à nos frères et sœurs la réforme sanitaire, quand nous avons dit combien il était important que le manger et le boire et toute autre chose fussent faits pour la gloire de Dieu, beaucoup ont agi comme s'ils pensaient: "Ce que je mange n'est l'affaire de personne." Quoi que nous fassions, c'est nous-mêmes qui en supportons les conséquences. {EMS2 800.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 800.2

Chers amis, il y a là une grave erreur. Vous n'êtes pas les seuls à souffrir d'une mauvaise ligne de conduite. La société dans laquelle vous vivez subit la conséquence de vos erreurs à peu près autant que vous-mêmes. Si vous supportez les répercussions de votre intempérance dans le manger et dans le boire, nous qui vivons ou travaillons avec vous souffrons aussi de vos infirmités. {EMS2 800.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 800.3

Vos forces physiques ou mentales sont-elles diminuées? Nous le sentons et nous en pâtissons. Si, au lieu d'être gais, vous êtes sombres, vous jetez une ombre sur tous ceux qui vous entourent. Si nous sommes tristes et déprimés, vous pourriez, si vous étiez en bonne santé, avoir l'esprit lucide et nous aider à sortir de nos difficultés ou nous dire une parole de réconfort. Mais votre intelligence est si engourdie par une mauvaise manière de vivre que vous ne pouvez nous donner de bons conseils. Ne sommes-nous pas lésés? Votre état de santé n'a-t-il pas une grande répercussion sur nous? {EMS2 800.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 800.4

Nous pouvons avoir confiance dans notre propre jugement, mais nous avons aussi besoin de conseillers, car "le salut est dans le grand nombre de conseillers". Proverbes 11:14. Nous désirons que notre conduite paraisse sensée à ceux que nous aimons; aussi souhaitons-nous qu'ils aient l'esprit lucide pour pouvoir nous entourer de leurs avis. Mais nous faisons peu de cas de votre jugement si votre vigueur intellectuelle a été trop mise à contribution, si votre cerveau a perdu sa vitalité parce que votre estomac a reçu de mauvais aliments 801ou qu'il est encombré d'une trop grande quantité de nourriture pourtant saine. Votre intelligence est obscurcie par une digestion difficile. Votre manière de vivre se répercute sur les autres. Il vous est impossible de commettre des erreurs de ce genre sans nuire à autrui. — Témoignages pour l'Église 1:206, 207 (1870). {EMS2 800.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 801.1

Avoir du doigté — Ceux qui... sont inconsidérés et abrupts lorsqu'ils ont affaire à des personnes qui ont les mêmes travers, le même manque de tact et de doigté pour aborder les

esprits humains, ne devraient pas entrer dans le ministère pastoral. — Testimonies for the Church 5:399 (1885). {EMS2 801.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 801.2

Parler ouvertement — Il m'a été donné de dire un certain nombre de choses tout à fait précises à ceux qui s'étaient égarés. Je ne me serais pas permis de leur dire autre chose que la vérité, parce que j'avais reçu un message qui leur était destiné. — Lettre 271, 1903, p. 1. {EMS2 801.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 801.3

Suivre l'exemple du Christ — Apprenez à traiter les esprits comme le faisait le Christ. Parfois il est nécessaire de dire de dures vérités; assurez-vous cependant que le Saint Esprit de Dieu habite dans votre cœur avant d'avancer des vérités tranchantes; qu'alors seulement elles fassent leur chemin. Trancher dans le vif n'est pas *votre* affaire. — General Conference Daily Bulletin, 13 avril 1891; Messages choisis 2:425. {EMS2 801.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 801.4

Besoins émotionnels des malades — La sympathie et le tact feront généralement plus de bien que les traitements les plus savants, administrés d'une manière froide et indifférente. Si un médecin s'approche d'une manière distraite et détachée du lit d'un malade, l'examine sans grand intérêt, et lui donne l'impression qu'il n'est pas digne d'attention, il lui fait beaucoup de mal. Le doute et le découragement produits par son indifférence neutralisent souvent l'effet salutaire des remèdes qu'il prescrit. — Le ministère de la guérison, 210 (1905). {EMS2 801.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 801.5

La main secourable du berger — Si vous voyez quelqu'un 802dont les paroles ou l'attitude montrent qu'il est séparé de Dieu, ne le blâmez pas. Il ne vous appartient pas de le condamner, mais approchez-vous de lui pour lui venir en aide. La parabole de la brebis perdue devrait figurer comme la devise de toutes les familles. Le divin Berger abandonne les quatre-vingt dix-neuf brebis, et part dans le désert à la recherche de celle qui est perdue. {EMS2 801.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 802.1

Parmi les rochers, il y a des fourrés, des fondrières et de dangereuses crevasses, et le berger sait que si la brebis se trouve dans ces endroits, une main amie doit l'en retirer. Lorsqu'il la trouve, il ne l'accable pas de reproches; il est trop heureux de la retrouver saine et sauve, et lorsqu'il entend de loin ses bêlements, il franchit tous les obstacles pour trouver la bête qui était perdue. D'une main ferme et douce, il se fraie un chemin à travers les ronces, et la libère de la boue; puis il prend tendrement la brebis sur ses épaules et la ramène dans la bergerie. Ainsi, le Rédempteur pur et sans péché porte l'être pécheur et impur. — Manuscrit 17, 1895. {EMS2 802.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 802.2

Paroles dites à propos — La sympathie est louable, lorsqu'elle est exprimée avec sagesse, mais elle doit être prodiguée avec discernement, en sachant que celui qui en est l'objet mérite la sympathie. Et que dire concernant la manière de recevoir avis et conseils? "Avec ton prochain, vide ta querelle, mais sans révéler le secret d'autrui, de crainte que celui qui entend ne te bafoue... Des pommes d'or sur des ciselures d'argent, telle est une parole dite à propos. Un anneau d'or, un joyau d'or fin, telle une sage réprimande à l'oreille attentive." Proverbes 25:9-12 (Jérusalem). {EMS2 802.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 802.3

Quand nous pouvons conjuguer nos efforts pour nous aider mutuellement sur le chemin du ciel, quand les conversations portent sur des choses divines et célestes, il vaut la peine de parler; mais quand les conversations sont centrées sur le "moi", sur des sujets terrestres et futiles, le silence est d'or. L'oreille obéissante recevra la répréhension avec humilité, avec patience et docilité. A cette seule condition, nos relations les uns avec les autres seront bénéfiques et réaliseront tout ce 803que Dieu veut qu'elles soient. Lorsque les deux parties des instructions divines sont suivies, celui qui censure fait son devoir, et l'oreille docile entend comme elle le doit et en tire profit. — Lettre 52, 1893, p. 1; Sons and Daughters of God, 166. {EMS2 802.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 803.1

Calme et bienveillance — Il y aura toujours des motifs de contrariété, de perplexité, des choses qui mettront notre patience à l'épreuve... Ils [les médecins de l'établissement médical de Battle Creek et leurs assistants] doivent s'y attendre et ne perdre ni leur sang froid ni leur équilibre. Ils doivent rester calmes et bienveillants, quoi qu'il arrive... Ils doivent toujours se souvenir qu'ils ont affaire à des hommes et à des femmes à l'esprit malade qui voient souvent les choses sous un faux jour, tout en croyant les comprendre parfaitement. — Testimonies for the Church 3:182 (1872). {EMS2 803.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 803.2

Ne pas trop escompter — Les prédicateurs devraient veiller à ne pas trop escompter de ceux qui tâtonnent encore dans les ténèbres de l'erreur... Ils devraient faire preuve de sagesse et de prudence lorsqu'ils ont à traiter des esprits humains, et tenir compte de la multiplicité des circonstances qui ont produit ces différents traits de caractère. — Testimonies for the Church 4:262 (1876). {EMS2 803.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 803.3

Une atmosphère de paix — Le plus important, mes frères, est d'obtenir la bénédiction de Dieu dans vos propres cœurs. Introduisez ensuite cette bénédiction dans vos foyers, éliminez toutes vos critiques, renoncez à vos exigences, et que prévale un esprit de joie et de bonté. Cette atmosphère de votre foyer, vous l'emporterez avec vous au bureau, et vos âmes rayonneront de la paix céleste. Partout où règne l'amour de Jésus, on constate une tendresse compatissante et des prévenances pour les autres. L'œuvre la plus importante dans laquelle mes frères puissent

s’engager consiste à cultiver un caractère semblable à celui du Christ. — Testimonies for the Church 5:558, 559 (1889). {EMS2 803.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 803.4

Une eau vivifiante — Il aura toujours soif, celui qui cherche à se désaltérer aux sources de ce monde. Les hommes ont tous 804des besoins insatisfaits. Ils soupirent après quelque chose qui puisse rassasier leur âme. Un seul peut répondre à ce besoin. La grâce divine qu’il peut seul dispenser est pour l’âme une eau vive qui purifie, rafraîchit et fortifie. — Jésus Christ, 167 (1898). {EMS2 803.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 804.1

Comprendre le point de vue du monde — Un jugement éclairé nous oblige à reconnaître que les choses du ciel l’emportent sur celles de la terre, et cependant, le cœur corrompu de l’homme le pousse à donner la première place aux choses du monde. Les opinions des grands hommes, les théories prétendument scientifiques sont mêlées aux vérités de la sainte Parole. — The Review and Herald, 24 novembre 1891. {EMS2 804.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 804.2

Le puissant Conseiller — Présentez-vous à Dieu avec tous vos besoins. Ne confiez pas à autrui vos difficultés et vos tentations; Dieu seul peut vous aider. Si vous remplissez les conditions auxquelles ses promesses sont faites, celles-ci s’accompliront pour vous. Si votre esprit s’appuie sur le Seigneur, vous ne passerez pas d’un état d’extase à la vallée du découragement quand les épreuves et les tentations vous atteindront. Vous ne parlerez pas aux autres de doute et de tristesse. Vous ne direz pas: “Je ne sais pas ceci ou cela. Je ne me sens pas heureux. Je ne suis pas sûr que nous ayons la vérité.” Non, vous ne le direz pas, car vous aurez une ancre de l’âme sûre et solide. Hébreux 6:19. {EMS2 804.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 804.3

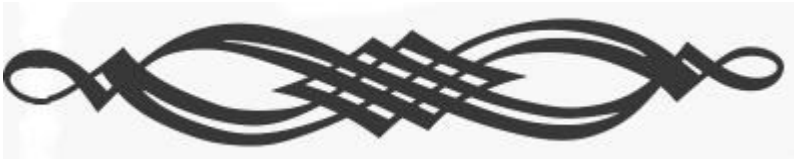
Quand nous prononçons des paroles de découragement et de tristesse, Satan prend un malin plaisir à les entendre, car il se réjouit de savoir qu’il nous a réduits en esclavage. Il ne peut pas lire nos pensées, mais il peut voir nos actions et entendre nos paroles; et à cause de sa longue connaissance du genre humain, il peut adapter ses tentations de manière à tirer profit des points faibles de notre caractère. Et combien souvent nous le mettons dans le secret concernant la façon dont il peut l’emporter sur nous. Oh! puissions-nous contrôler nos paroles et nos actes! Comme nous deviendrions forts si nos paroles étaient telles que nous ne soyons pas confus de les entendre rappeler au jour du jugement. Au jour de Dieu, 805comme elles nous sembleront différentes de ce qu’elles nous apparaissent lorsque nous les prononçons. — The Review and Herald, 19 mai 1891. {EMS2 804.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 805.1

Le puissant Conseiller des âges se tient au milieu de vous et vous invite à mettre votre confiance en lui. Nous détournerons-nous de lui pour nous adresser à des êtres humains faillibles, qui

dépendent entièrement de Dieu comme nous-mêmes? Avons-nous renoncé à ce point à nos privilèges? Ne sommes-nous pas coupables d’avoir escompté si peu que nous n’avons pas demandé ce que le Seigneur désire tant nous donner? — The Review and Herald, 9 juin 1910. {EMS2 805.1}

806



Chapitre 86 — Confidences et confessions

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 806.1

La paix du cœur — Le Christ demande à chacun de ceux qui se réclament de son nom: “M’aimes-tu?” Si vous aimez Jésus, vous aimerez les âmes pour lesquelles il est mort. Un homme peut n’avoir pas une allure qui plaise, être imparfait à bien des égards, mais s’il a la réputation d’être franc et honnête, il gagnera la confiance de ceux qui l’entourent. L’amour de la vérité, la confiance qu’on peut placer en lui feront oublier les traits désagréables de son caractère. Avoir le sentiment d’être à sa place et d’avoir répondu à l’appel qui nous était adressé, mettre volontiers de côté le “moi” pour faire du bien à ses semblables, voilà ce qui nous assurera la paix du cœur et la faveur de Dieu. — Témoignages pour l’Église 1:589, 590 (1879). {EMS2 806.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 806.2

Comment réagir devant la trahison — Jusqu’au jour du jugement, vous ignorerez l’influence d’une conduite sage et affectueuse sur des hommes inconséquents, déraisonnables, indignes. Lorsque l’on rencontre l’ingratitude ou la trahison, on est tenté de blâmer ou de s’indigner. C’est ce qu’attend le coupable; il s’y prépare. Mais l’indulgence l’étonne, éveille 807souvent ses meilleures impulsions et fait naître en lui le désir de vivre plus noblement. — Le ministère de la guérison, 428, 429 (1905). {EMS2 806.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 807.1

Jésus, notre seul confident — Peu de fidèles savent apprécier le précieux privilège de la prière et en profiter. Nous devrions aller à Jésus et lui dire tous nos besoins. Nous pouvons lui apporter nos moindres soucis et nos moindres doutes aussi bien que nos plus grandes difficultés. Quels que soient les événements qui viennent nous troubler ou nous affliger, nous devrions les présenter à Dieu par la prière. Si nous sentons que nous avons besoin de la présence du Christ à chaque pas, Satan aura peu d’occasions de nous assaillir de ses tentations. Celui-ci s’efforce par tous les moyens de nous garder loin de Jésus qui est notre ami le meilleur et le plus aimant. Lui seul devrait être notre confident. Nous pouvons en toute confiance lui dire tout ce que nous avons sur le cœur. — Témoignages pour l’Église 2:66, 67 (1882). {EMS2 807.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 807.2

Une mise en garde — A ceux qui ont été appelés à enseigner la Parole de Dieu j’ai reçu l’ordre de dire: N’encouragez personne à chercher la sagesse auprès de vous. Quand quelqu’un vient vous demander conseil, dirigez-le vers Celui qui lit les mobiles de chaque cœur. Il faut qu’un esprit différent inspire notre œuvre pastorale. Personne ne doit s’instituer confesseur; personne ne doit recevoir les honneurs suprêmes. Notre tâche consiste à nous humilier et à exalter le Christ devant le monde. Après sa résurrection, le Sauveur a promis que sa puissance accompagnerait tous ceux qui iraient de l’avant en son nom. Que ce pouvoir et ce nom soient

exaltés. Ayons sans cesse à l'esprit la prière du Christ demandant que notre "moi" soit sanctifié par la vérité et la justice. — Manuscrit 137, 1907; Messages choisis 2:193, 194. {EMS2 807.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 807.3

Pas de confession des péchés aux humains — Dites à ceux qui vous demandent de prier pour eux: Nous sommes des humains; nous ne pouvons pas lire dans les cœurs ou connaître les secrets de votre vie. Vous seuls et Dieu les connaissez. {EMS2 807.3}

808

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 808.1

Maintenant, si vous vous repentez de votre péché, si l'un de vous se rend compte que sur un point il a agi en contradiction avec la lumière que Dieu lui a donnée et a négligé d'honorer le corps, le temple de Dieu, mais que par suite de mauvaises habitudes il a avili le corps qui est la propriété du Christ, qu'il confesse ces fautes à Dieu. A moins que le Saint Esprit vous conduise à confesser à un être humain vos péchés privés, ne les confiez à personne. — Our Camp Meetings, 44, 45 (1892); Counsels on Health, 373, 374. {EMS2 808.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 808.2

Que Dieu soit votre confesseur — Chacun doit se confier personnellement au Seigneur. Ne permettez pas à un homme de devenir votre directeur de conscience. Ouvrez votre cœur à Dieu, dites-lui chaque secret de votre âme. Apportez-lui vos difficultés, petites et grandes, et il vous montrera comment en sortir. Lui seul sait le secours dont vous avez besoin. — Ministère évangélique, 408 (1915). {EMS2 808.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 808.3

Dieu pardonne les péchés confessés — Il n'est pas recommandable de parler de nos faiblesses et de nos découragements. Que chacun dise: "Je suis attristé d'avoir succombé à la tentation, de la pauvreté de mes prières et de la faiblesse de ma foi. Je n'ai aucune excuse de ce que ma vie religieuse soit si atrophiée. Mais j'aspire à atteindre la perfection du caractère du Christ. J'ai péché; cependant, j'aime Jésus. J'ai succombé bien des fois, mais j'ai saisi sa main pour qu'il me sauve. Je lui ai confessé toutes mes fautes. J'ai avoué avec honte et regret que je l'ai déshonoré. J'ai regardé à la croix et j'ai dit: A cause de tout cela, il a souffert pour moi. Le Saint Esprit m'a montré mon ingratitude et mon péché qui ont livré le Christ à l'opprobre. Celui qui n'a pas connu le péché a pardonné mon péché. Il m'appelle à une vie plus haute et plus noble, et je me porte vers ce qui est en avant." Philippiens 3:13. — Manuscrit 161, 1897. {EMS2 808.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 808.4

La confession à des humains n'a pas de mérite spécial — J'espère que nul n'entretiendra l'idée qu'il gagne la faveur de 809Dieu en confessant ses fautes ou qu'il y a un mérite spécial à avouer ses fautes à des êtres humains. Il doit y avoir dans l'expérience chrétienne une foi rendue agissante par l'amour et qui purifie l'âme. L'amour du Christ triomphera des propensions

charnelles. La vérité ne porte pas seulement en elle la marque de son origine céleste; elle prouve que par la grâce de l'Esprit de Dieu, elle est efficace pour purifier l'âme. Le Seigneur veut que nous venions à lui chaque jour pour lui confier toutes nos difficultés et pour lui confesser nos péchés, et si nous prenons son joug et son fardeau, il nous donnera du repos. Son Saint Esprit et ses influences miséricordieuses rempliront l'âme, et amèneront toute pensée captive à l'obéissance du Christ. — Testimonies for the Church 5:648 (1889). {EMS2 808.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 809.1

Ne pas se confesser à des êtres déchus — Il n'est pas avilissant pour l'homme de se prosterner devant son Créateur, de confesser ses péchés et de solliciter son pardon par les mérites d'un Sauveur crucifié et ressuscité. Il est bienséant d'avouer vos fautes à Celui que vous avez blessé par vos transgressions et votre rébellion. Cela vous élève devant les hommes et devant les anges, car "celui qui s'abaisse sera élevé". Luc 14:11. {EMS2 809.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 809.2

Mais celui qui s'agenouille devant un homme faillible, lui confesse ses pensées secrètes et les réflexions de son cœur, se déshonore lui-même en avilissant son humanité et en rabaissant tous les sentiments nobles de son âme... C'est cette confession dégradante de l'homme faite à un homme faillible qui est la cause principale des maux grandissants qui souillent le monde et le préparent à sa destruction finale. — Testimonies for the Church 5:638, 639 (1889). {EMS2 809.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 809.3

Semences nuisibles — J'ai vu que de très nombreuses confessions ne devraient jamais être faites aux oreilles des mortels, car les conséquences ne sauraient en être mesurées par des êtres limités. Des semences nuisibles sont disséminées dans les esprits et dans les cœurs de ceux qui entendent, et quand ceux-ci sont soumis à la tentation, ces semences lèvent 810et portent du fruit, et les mêmes expériences regrettables se répéteront. En effet, ceux qui sont tentés se disent: de tels péchés ne doivent pas être graves puisqu'ils sont commis par des chrétiens de longue date qui les ont avoués. La confession publique de ces péchés secrets dans l'église sera non une odeur de vie, mais une odeur de mort. — Testimonies for the Church 5:645 (1889). {EMS2 809.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 810.1

Révéler les secrets sépare de Dieu — J'ai vu que lorsque les sœurs ont l'occasion de parler ensemble, Satan est généralement présent; car il a de quoi s'occuper. Il se tient là pour exciter les esprits et en tirer le meilleur parti possible. Il sait que tous ces bavardages, tous ces cancans, tous ces commérages, toutes ces critiques séparent l'âme de Dieu. C'est la mort de la spiritualité et cela nuit à la sérénité de la vie chrétienne. {EMS2 810.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 810.2

Sœur_____ pèche gravement par sa langue. Elle pourrait, par ses paroles, exercer une influence pour le bien, mais elle parle souvent à tort et à travers. Parfois, ses paroles présentent les choses différemment de ce qu'elles sont; elle exagère, elle dit des choses inexactes. Elle n'en a pas l'intention, mais la longue habitude de parler beaucoup et de choses inutiles fait qu'elle parle imprudemment, sans réfléchir, au point qu'elle ne sait même pas ce qu'elle dit. Cela détruit toute l'influence pour le bien qu'elle pourrait avoir. Une réforme radicale s'impose dès à présent sur ce point. Sa compagnie n'est pas tellement appréciée du fait qu'elle s'est laissé aller à ce genre de bavardage coupable. — Testimonies for the Church 2:185, 186 (1868). {EMS2 810.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 810.3

Confier nos soucis à des oreilles humaines — Nous confions parfois nos difficultés à des oreilles humaines, nous faisons part de nos afflictions à ceux qui ne peuvent nous venir en aide, et nous négligeons de confier tout à Jésus qui peut changer la voie sombre en chemin de joie et de paix. — The Signs of the Times, 17 mars 1887; Our High Calling, 97. {EMS2 810.3}

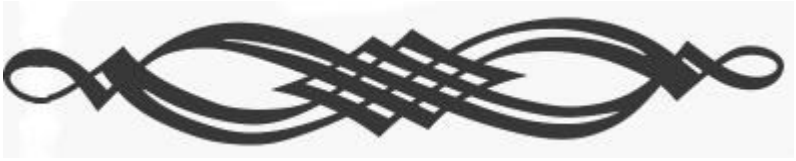
Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 810.4

Se garder des hommes ne connaissant pas Dieu — Jésus continua d'instruire ses disciples en ces termes: 811"Gardez-vous des hommes." Ils ne devaient pas se fier entièrement à des hommes ne connaissant pas Dieu et leur dévoiler leurs conseils, ce qui eût été donner l'avantage aux agents de Satan. Souvent les inventions humaines contrecarrent les plans de Dieu. Appelés à construire le temple du Seigneur, nous devons le faire conformément au modèle montré sur la montagne: le divin modèle. Dieu est déshonoré et l'Evangile est trahi quand ses serviteurs suivent les conseils d'hommes qui refusent de se laisser guider par le Saint Esprit. La sagesse humaine est folie aux yeux de Dieu. — Jésus Christ, 344, 345 (1898). {EMS2 810.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 811.1

Ne pas trahir la confiance — Une crise éclatera dans chacun de nos établissements. Des influences joueront contre eux tant de la part des croyants que de la part des incroyants. Il nous faut renoncer à trahir la confiance sacrée pour la satisfaction ou l'exaltation du "moi". Nous devrions veiller sans cesse et avec un soin jaloux sur notre vie, de peur que nous ne produisions de mauvaises impressions sur le monde. Dites-le et agissez en conséquence: "Je suis chrétien. Je ne saurais donc agir selon les principes du monde. Je dois aimer Dieu par-dessus tout et mon prochain comme moi-même. Je ne saurais me faire le complice de quelque compromis qui nuirait si peu que ce soit à mon efficacité, qui diminerait mon influence ou détuirait la confiance de quelqu'un dans ceux dont Dieu se sert comme ses instruments." — Testimonies for the Church 5:479 (1889). {EMS2 811.1}

812



Chapitre 87 — Psychologie et théologie

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 812.1

Fondés sur les Saintes Ecritures — Les vrais principes de la psychologie se trouvent dans les saintes Ecritures. L'homme n'a pas conscience de sa propre valeur. Il agit selon son caractère inconverti parce qu'il ne regarde pas à Jésus, l'auteur de la foi, celui qui la mène à la perfection. Celui qui vient au Sauveur, qui croit en lui et le prend pour exemple comprend la signification de ces paroles: "Elle [la Parole] a donné le pouvoir de devenir enfants de Dieu". Jean 1:12. {EMS2 812.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 812.2

Mais lorsqu'il se met aux pieds de Jésus, il peut voir, au travers de sa vie perverse et pécheresse les terribles profondeurs de la dépravation dans lesquelles peut sombrer le cœur humain non converti. Il entrevoit le pur caractère de Celui qui est sans péché, il a un aperçu de la perfection donnée au pécheur qui se repent et se convertit. Revêtu de la robe resplendissante du caractère de son Rédempteur, il s'assied avec le Christ dans les lieux célestes. — Manuscrit 121, 1902. {EMS2 812.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 812.3

Dieu — sa connaissance de l'esprit humain — La connaissance de Dieu est précise et infaillible. Il connaît le 813

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 813.3

fonctionnement de l'esprit humain, les principes actifs des agents humains qu'il a formés, comment ils sont mis en œuvre par tout ce qui leur arrive, comment ils réagiront aux tentations auxquelles ils peuvent être soumis et dans toutes les circonstances où ils seront placés. {EMS2 813.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 813.1

"Car les voies de l'homme sont devant les yeux de l'Eternel qui aplanit toutes ses routes." Proverbes 5:21. "Les yeux de l'Eternel sont en tous lieux." Proverbes 15:3. "C'est Lui qui regarde jusqu'aux extrémités de la terre; il voit tout sous les cieux." Job 28:24. "L'Eternel sonde tous les cœurs et discerne toute intention." 1 Chroniques 28:9. Il sait tout ce qui nous passe par l'esprit, sans exception. "Il n'y a aucune créature, qui soit invisible devant lui: tout est nu et terrassé aux yeux de celui à qui nous devons rendre compte." Hébreux 4:13. — Lettre 18, 1895, p. 1. {EMS2 813.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 813.2

Les hommes et les femmes se rendent-ils compte de la manière dont Dieu considère les créatures qu'il a faites? Il a formé l'esprit humain. Nous n'avons pas une seule pensée noble qui

ne vienne de lui. Il connaît tout le mystérieux mécanisme de l’esprit humain, car lui-même l’a conçu. Dieu constate que le péché a ravalé, dégradé l’homme, mais il le considère avec pitié et compassion, car il voit que Satan le tient sous sa coupe. — Manuscrit 56, 1899; The S.D.A. Bible Commentary 6:1105. {EMS2 813.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 813.3

Une source de paix et de joie — On a fait accroire que la religion est préjudiciable à la santé. C’est là une erreur qu’il ne faut pas cultiver. La vraie religion procure la paix, la joie et le contentement. La piété est profitable pour la vie présente et pour la vie à venir. — Lettre 1b, 1873, p. 1. {EMS2 813.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 813.4

S’asseoir aux pieds de Jésus — Le Christ doit être associé à toutes nos pensées, à tous nos sentiments, à toutes nos affections. Son influence doit se faire sentir jusque dans les moindres détails du service quotidien que nous accomplissons dans l’œuvre qu’il nous a confiée. Lorsque, au lieu de nous appuyer sur la compréhension humaine ou de nous conformer aux maximes du monde, nous nous asseyons aux pieds de Jésus, 814buvant avec empressement ses paroles, apprenant de lui et disant: “Seigneur, que veux-tu que je fasse?”, notre indépendance naturelle, notre confiance en nous-mêmes, notre entêtement céderont le pas à un esprit candide, humble et docile. Quand nous avons une relation normale avec Dieu, nous reconnaissons l’autorité du Christ qui nous dirige et son droit à exiger de nous une obéissance sans réserve. — Lettre 186, 1902, p. 1; Our High Calling, 99. {EMS2 813.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 814.1

Intégrer la vraie piété à la philosophie — Il [Dieu] ne nous a pas donné une lumière supplémentaire qui se substituerait à sa Parole. Cette lumière sème la confusion dans les esprits à l’égard de sa Parole qui, si elle est absorbée et assimilée, est pour l’âme comme la vie du sang. Alors, on verra de bonnes œuvres briller comme la lumière dans les ténèbres. {EMS2 814.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 814.2

Si, alors que vous étudiiez la science de la philosophie mentale, vous aviez étudié avec sérieux celle de la vraie piété, votre expérience chrétienne aurait été très différente de ce qu’elle est. Pourquoi vous êtes-vous détourné des ruisseaux limpides du Liban pour boire les eaux fangeuses de la plaine — les tromperies des inventions humaines? Le cœur a besoin d’une puissance qui ne se trouve que dans la Parole de Dieu. Cette puissance est le pain de vie; si quelqu’un en mange, il vivra éternellement. Il ne doit pas se contenter de goûter occasionnellement du pain qui descend du ciel. Il doit vivre des paroles qui sont esprit et vie pour celui qui les reçoit. Le fait de se saisir avec ferveur de la vérité, de s’approprier personnellement les paroles du Christ, opère une transformation du caractère. — Lettre 130, 1901, p. 1. {EMS2 814.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 814.3

Le Saint Esprit remplit le vide — Il nous faut sans cesse remplir notre esprit du Christ et le vider de l'égoïsme et du péché... Aussi sûrement que vous videz votre esprit de l'orgueil et de la frivolité, le vide sera comblé par ce que Dieu est tout prêt à vous accorder: son Saint Esprit. Alors, le bon trésor de votre cœur produira de bonnes choses, de riches pensées comme des perles dont les autres pourront s'inspirer. Vos 815pensées et vos affections s'appuieront sur le Christ, et vous réfléchirez sur les autres la lumière du Soleil de justice qui a brillé sur vous. — The Review and Herald, 15 mars 1892; Our High Calling, 115. {EMS2 814.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 815.1

Des principes applicables en toute circonstance — Le Seigneur a fait entendre sa voix dans sa sainte Parole. Ces pages sacrées sont pleines d'enseignements et de vie qui sont en accord avec la vérité. Ces enseignements constituent une règle parfaite de conduite. Les préceptes donnés, les principes énoncés s'appliquent à toutes les circonstances de la vie, même si certains cas particuliers ne sont pas mentionnés. Rien de ce qui est essentiel à un traité complet de foi et concernant une ligne de conduite n'est passé sous silence. Tout devoir que Dieu exige de nous est clairement énoncé; si quelqu'un perd la vie éternelle, ce sera parce qu'il aura été suffisant, présomptueux, bouffi d'orgueil, et qu'il ne se sera pas appuyé uniquement sur les mérites du sang de Jésus Christ pour son salut. Parmi ceux qui, avec humilité et sincérité, prennent la Bible comme guide, comme conseiller, nul ne s'égarera loin du droit sentier. — Lettre 34, 1891, p. 1. {EMS2 815.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 815.2

Un principe agissant — La vérité est un principe actif, agissant, qui façonne le cœur et la vie, de manière à leur imprimer un mouvement ascendant... A chaque pas de la montée, la volonté acquiert un nouveau motif d'action. La tonalité morale devient plus conforme à l'esprit et au caractère du Christ. Le chrétien en progrès bénéficie d'une grâce et d'un amour qui surpassent toute connaissance, car la vision divine du caractère du Christ exerce une profonde influence sur ses affections. La gloire de Dieu qui se manifeste au sommet de "l'échelle" ne saurait être appréciée que par celui qui la gravit peu à peu, qui est toujours attiré vers le haut, vers des idéaux plus nobles que le Christ lui révèle. Toutes les facultés de l'esprit et du corps doivent être mises en œuvre. — Manuscrit 13, 1884; Our High Calling, 68. {EMS2 815.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 815.3

Une atmosphère de paix et d'amour — Le ciel prend note 816de celui qui dégage une atmosphère de paix et d'amour. Celui-là recevra sa récompense. Il sera debout au grand jour du Seigneur. — Manuscrit 26, 1886; Our High Calling, 234. {EMS2 815.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 816.1

Ne pas se fier uniquement aux conseils humains — Bien que l'éducation, la formation et le conseil de personnes d'expérience aient tous leur importance, il faut enseigner aux employés qu'ils ne doivent pas se fier uniquement au jugement d'un homme quel qu'il soit. En notre qualité d'agents de Dieu doués du libre arbitre, nous devons tous solliciter la sagesse qui vient

de Lui. Quand celui qui est dans la position d'un élève dépend totalement de la pensée d'un autre et se contente de souscrire à ses idées, il ne voit qu'à travers les yeux de cet homme-là et n'est, en ce sens, qu'un écho de l'autre. Dieu traite les humains comme des êtres responsables. Il agira par son Esprit à travers l'esprit qu'il a formé en l'homme, si du moins celui-ci le lui permet et s'il reconnaît son action. Le Seigneur veut que chacun utilise son esprit et sa conscience pour lui-même. Il n'est pas conforme à ses plans qu'un homme devienne l'ombre d'un autre homme, qui se ferait en somme l'écho de ce dernier. — Testimonies for the Church 5:724, 725 (1889). {EMS2 816.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 816.2

La culture mentale supérieure — Si elle est sanctifiée par l'amour et la crainte de Dieu, la culture mentale poussée au plus haut degré est pleinement approuvée par lui. Les hommes de condition modeste qui furent choisis par le Christ vécurent trois ans avec lui, au cours desquels ils bénéficièrent de l'influence purifiante de la Majesté du ciel. Jésus Christ fut le plus grand éducateur que le monde ait jamais connu. — The Review and Herald, 21 juin 1877; Fundamentals of Christian Education, 47, 48. {EMS2 816.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 816.3

L'esprit, la source de toute action — Il [le Seigneur] a préparé cette habitation vivante pour l'esprit; elle est "merveilleusement construite", un temple que le Seigneur lui-même a préparé pour que son Saint Esprit y habite. L'esprit régit l'homme tout entier. Qu'ils soient bons ou mauvais, tous nos actes ont leur source dans l'esprit. C'est l'esprit qui adore 817Dieu et nous associe aux choses célestes. Toutefois, nombreux sont ceux qui passent toute leur vie sans devenir pour autant intelligents concernant l'écrin... qui renferme ce trésor. — Special Testimonies on Education, 33 (11 mai 1896); Fundamentals of Christian Education, 426. {EMS2 816.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 817.1

Capable du meilleur comme du pire — Ennoblie, purifée et orientée vers le ciel, l'intelligence est la puissance universelle capable d'édifier le royaume de Dieu. L'intelligence pervertie a une influence diamétralement opposée; c'est la corruption des capacités humaines qui devraient être développées en œuvrant avec zèle pour le bien. Une telle intelligence déçoit et détruit. {EMS2 817.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 817.2

Dieu a pourvu les hommes de suffisamment de dons pour qu'ils aient la capacité et la sagesse d'aller de l'avant, et qu'ils représentent avec force et bonté les œuvres admirables du Seigneur en faveur de tous ceux qui l'aiment et obéissent à ses commandements. Il voudrait que l'homme obéisse aux commandements de Dieu parce que ceux-ci ont pour objet la santé et la vie de tous les humains. {EMS2 817.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 817.3

Les talents qui nous ont été confiés sont une responsabilité sacrée. Nul ne saurait convoiter des talents, à moins que, par une prière ardente en vue d'obtenir la sagesse d'en haut qui assurera le bon usage des capacités que Dieu donne, il décide d'honorer et de glorifier le Seigneur avec celles qui lui ont été accordées. Recevoir la lumière sacrée que Dieu a donnée, y souscrire et la communiquer à ceux qui sont dans les ténèbres de l'erreur est chose merveilleuse. Cette lumière, dispensée généreusement et avec enthousiasme pour venir en aide à autrui, pour bénir et sauver des âmes qui périssent, permet à l'ouvrier fidèle d'acquérir ainsi un trésor céleste qui fait de lui plus qu'un millionnaire. C'est un héritier de Dieu, un cohéritier de Jésus Christ, ce qui produit pour lui "au-delà de toute mesure un poids éternel de gloire". 2 Corinthiens 4:17. — Manuscrit 63, 1900. {EMS2 817.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 817.4

L'homme créé en vue d'objectifs élevés — Ce n'est pas une affectation de supériorité qui fait l'homme, mais une véritable 818élévation de l'esprit. La culture convenable des capacités mentales forme tout ce qu'est l'homme. Ces facultés ennoblissantes ont pour objet de forger un caractère pour la vie future et immortelle. L'homme fut créé en vue d'un bonheur plus élevé, plus saint que celui que le monde présent peut procurer. Il fut fait à l'image de Dieu pour des objectifs élevés, nobles, propres à attirer l'attention des anges. — Testimonies for the Church 4:438 (1880). {EMS2 817.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 818.1

Changer le cours des pensées — Les esprits de beaucoup se situent à un niveau si bas que Dieu ne peut agir ni pour eux ni avec eux. Le cours des pensées doit être changé et le sens moral doit être élevé pour comprendre les idéaux divins. La somme et la substance de la vraie religion consiste à avoir sans cesse conscience — par nos paroles, notre vêtement et notre attitude — de notre relation avec Dieu. L'humilité devrait se substituer à l'orgueil, la pondération au manque de sérieux, la piété à l'irréligion et à l'indifférence. — Testimonies for the Church 4:582 (1881). {EMS2 818.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 818.2

L'esprit pousse au service — J'ai vu qu'au cours de l'été dernier, on visait à s'imprégner le plus possible de l'esprit du monde. Les commandements de Dieu n'ont pas été observés. C'est avec l'esprit que nous sommes au service de la loi de Dieu, mais les esprits de beaucoup servaient bien plutôt le monde. Et tandis que leurs esprits étaient tout occupés avec les choses de la terre et qu'ils se servaient eux-mêmes, ils ne pouvaient être au service de la loi de Dieu. — Testimonies for the Church 1:150 (1857). {EMS2 818.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 818.3

Un service acceptable — Nombreux sont ceux qui ont le sentiment que leurs défauts de caractère les mettent dans l'impossibilité d'atteindre l'idéal que le Christ a érigé; mais tout ce que de telles personnes doivent faire c'est de s'humilier sous la toute-puissante main de Dieu.

Le Christ ne mesure pas l'homme d'après la quantité d'œuvres qu'il accomplit mais d'après l'esprit dans lequel il accomplit ces œuvres. {EMS2 818.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 818.4

Quand il [Jésus Christ] voit les humains soulever leurs fardeaux, essayer de les porter dans un esprit d'humilité, en 819se défiant d'eux-mêmes et en s'appuyant sur lui, il joint à leurs efforts sa perfection et sa suffisance, et le Père les agrée. Nous sommes acceptés dans le Bien-aimé. Les défauts du pécheur sont couverts par la perfection et par la plénitude du Seigneur notre justice. Ceux qui, avec une volonté sincère, avec des cœurs contrits, déploient d'humbles efforts pour vivre en conformité avec les exigences divines sont considérés par le Père avec un amour tendre et miséricordieux; il les regarde comme des enfants obéissants, et la justice du Christ leur est imputée. — Lettre 4, 1889, p. 1. {EMS2 818.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 819.1

La connaissance de Jésus fortifie l'esprit — Le Sauveur est la source de la vie. Ce dont beaucoup ont besoin, c'est de le connaître plus intimement. Patiemment, avec douceur mais avec conviction, il faut leur apprendre comment ils peuvent soumettre tout leur être aux influences guérissantes du ciel. Lorsque le soleil de l'amour de Dieu dissipe les ténèbres de l'âme, la lassitude et le mécontentement disparaissent; une joie réconfortante apporte la vigueur à l'esprit et l'énergie salutaire au corps. — Le ministère de la guérison, 212, 213 (1905). {EMS2 819.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 819.2

Pouvoir tout par Celui qui nous fortifie — La toute-puissance du Saint Esprit est le refuge de toute âme repentante. Le Christ ne permettra pas qu'une seule âme, implorant sa protection dans un esprit de repentance et de foi, tombe au pouvoir de l'ennemi. Le Sauveur se tient à ses côtés lorsqu'elle est tentée et éprouvée. Avec lui il ne peut y avoir ni échec, ni perte, ni impossibilité, ni défaite; nous pouvons tout par celui qui nous fortifie. — Jésus Christ, 489 (1898). {EMS2 819.2}

820

Chapitre 88 — Influences négatives sur l'esprit

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 820.1

Renoncer à toute critique — Nous devrions éliminer de nos pensées toute récrimination et toute critique. Cessons de considérer les défauts que nous voyons... Si nous voulons nous attacher convenablement à Dieu, nous devons continuer à fixer nos regards sur ce qui a du prix: la pureté, la gloire, la puissance, la bonté, l'affection, l'amour que Dieu nous prodigue. Ainsi, nos esprits seront tant et si bien attachés à ces valeurs d'un intérêt éternel que nous n'éprouverons plus le désir de démasquer les défauts des autres. — Manuscrit 153, 1907; Our High Calling, 232. {EMS2 820.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 820.2

Le soupçon peut générer le mal — Nous devons apprendre à donner la meilleure interprétation sur la conduite suspecte des autres... Si nous soupçonnons continuellement le mal, nous risquons de créer ce que nous nous permettons de soupçonner... Nous ne pouvons pas passer notre chemin sans que nos sentiments soient blessés et sans que notre sensibilité soit affectée; mais en tant que chrétiens, nous devons faire preuve d'autant de patience, d'indulgence, d'humilité et de douceur 821que nous souhaitons en rencontrer chez les autres. {EMS2 820.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 821.1

Oh! que de milliers de bonnes œuvres et d'actes bienveillants dont nous sommes l'objet... disparaissent de notre mémoire comme la rosée sous le soleil, alors que les torts imaginaires ou réels y laissent une impression presque ineffaçable! Le meilleur exemple que nous puissions donner à nos semblables est d'être justes nous-mêmes; pour le reste, laissons à Dieu le soin de notre réputation, et ne nous préoccupons pas trop de dissiper toute mauvaise impression et de présenter notre cause sous un jour favorable. — Lettre 25, 1870, p. 1; Our High Calling, 237. {EMS2 821.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 821.2

Transformés à l'image de ce que nous regardons — Selon le plan du Seigneur, tout ce qui nous incite à voir les faiblesses de l'humanité a pour objet de nous encourager à regarder à lui, et nullement de placer notre confiance dans l'homme ou de faire de la chair notre appui... Nous sommes changés à l'image de ce que nous contemplons. Dès lors, combien il est important que nos cœurs soient attentifs à ce qui est vrai, à ce qui est vertueux et digne d'approbation! — Lettre 63, 1893, p. 1; Our High Calling, 248. {EMS2 821.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 821.3

Etre conscients de la fragilité de la nature humaine — Dans nos relations avec nos semblables, considérons qu'ils ont des passions comme les nôtres, qu'ils ressentent les mêmes faiblesses et éprouvent les mêmes tentations que nous. S'ils veulent garder leur intégrité, ils

doivent, tout comme nous, mener un combat... La vraie courtoisie chrétienne associe en les améliorant la justice et la civilité, complétées par la miséricorde et l'amour, donnant ainsi une touche particulièrement fine et un charme délicat au caractère. — Lettre 25, 1870, p. 1; Our High Calling, 236. {EMS2 821.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 821.4

Ne pas dresser de barrières — Le Seigneur désire que son peuple suive d'autres méthodes que celle qui consiste à condamner l'erreur, même si cette condamnation est justifiée. Il veut que nous fassions autre chose que d'attaquer nos 822adversaires en les éloignant ainsi toujours davantage de la vérité. L'œuvre que le Seigneur est venu accomplir dans ce monde ne consistait pas à élever des barrières et à rappeler sans cesse aux gens qu'ils étaient dans l'erreur. Celui qui veut apporter la lumière à ceux qui ont été trompés doit s'approcher d'eux et travailler pour eux avec amour. Il doit devenir le centre d'où rayonne une sainte influence. — Ministère évangélique, 364 (1915). {EMS2 821.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 822.1

Savoir dominer sa susceptibilité — Nombreux sont ceux qui ont une vive sensibilité non sanctifiée qui les met constamment sur la défensive devant un mot, un regard ou un acte susceptibles d'être interprétés comme un manque de respect et d'estime. Il faut surmonter cela. Chacun doit poursuivre son chemin dans la crainte de Dieu, en faisant de son mieux sans être troublé par les louanges ou blessé par le blâme, en servant le Seigneur avec dévouement et en apprenant à donner la meilleure interprétation possible à ce qui, chez autrui, peut paraître choquant. — Manuscrit 24, 1887; Our High Calling, 240. {EMS2 822.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 822.2

Ne pas ressasser nos griefs — Le fait de juger nos frères, de cultiver des sentiments contre eux, même si nous estimons qu'ils ne nous ont pas traité comme ils l'auraient dû, n'apportera aucun bienfait à nos cœurs et ne résoudra nullement la difficulté. Je ne saurais permettre à mes sentiments de me porter à ressasser tous mes griefs, les répétant sans cesse et me complaisant dans une atmosphère de méfiance, d'animosité et de conflit. — Lettre 74, 1888, p. 1; Our High Calling, 239. {EMS2 822.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 822.3

La perte de l'intégrité — Lorsque vous perdez votre intégrité, votre âme devient un champ de bataille ouvert à Satan; vous êtes assailli de doutes et de craintes suffisants pour paralyser vos énergies et pour vous conduire au découragement. — Lettre 14, 1885, p. 1; Our High Calling, 94. {EMS2 822.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 822.4

L'objectif de Satan: créer la dissension dans l'Eglise — Le fait que l'on a négligé de cultiver l'estime affectueuse et l'indulgence les uns pour les autres a engendré la dissension, 823la méfiance, la critique et la désunion générale. Dieu... nous appelle à renoncer à ce grand péché et

à nous efforcer d'exaucer la prière du Christ selon laquelle ses disciples doivent être un, comme lui et le Père sont un... L'œuvre spéciale de Satan vise à créer la dissension... afin que le monde soit privé du témoignage le plus puissant que les chrétiens puissent offrir — à savoir que Dieu a envoyé son Fils pour établir l'harmonie là où règnent le tumulte, l'orgueil, l'envie, la jalousie et le sectarisme. — Lettre 25, 1870, p. 1; Our High Calling, 237. {EMS2 822.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 823.1

Des sentiments qui font du tort — L'envie et la jalousie sont des maladies qui troublent toutes les facultés de l'être. Elles proviennent de Satan dans le paradis terrestre... Ceux qui prêtent l'oreille à sa voix [celle de Satan] déprécieront les autres; ils dénatureront les faits, induiront les autres en erreur pour se donner de l'importance. Mais rien de souillé ne peut entrer au ciel, et à moins que ceux qui cultivent cet état d'esprit ne changent, ils ne pourront jamais y être admis, car ils critiqueraient les anges. Ils envieraient la couronne des autres. Ils ne sauraient pas de quoi parler, faute de pouvoir dénoncer les imperfections et les erreurs d'autrui. — The Review and Herald, 14 septembre 1897; Our High Calling, 234. {EMS2 823.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 823.2

Une mise en garde adressée à un prédicateur — L'étalage de votre mauvais caractère, même lors des assemblées du peuple de Dieu, mettent en péril votre esprit et votre vie. Posez-vous la question: Est-ce mon intérêt de continuer comme je l'ai fait, à chicaner et à contester? — Lettre 21, 1901, p. 1. {EMS2 823.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 823.3

Quand la puissance divine est perdue — Hommes et femmes ont été rachetés, et à quel prix! Au prix de la vie du Fils de Dieu. Quelle chose terrible de se mettre dans une situation telle que leurs capacités physiques, mentales et morales sont altérées, au point qu'ils perdent leur vigueur et leur pureté. De tels hommes et de telles femmes ne sauraient offrir à Dieu un sacrifice acceptable. {EMS2 823.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 823.4

A cause de ses appétits et de ses passions pervertis, 824l'homme se voit privé de la puissance de Dieu et devient l'instrument de l'injustice. L'être tout entier est malade — corps, âme et esprit. Mais un remède a été offert pour la sanctification de l'humanité. L'esprit et le corps souillés peuvent être purifiés. Un merveilleux moyen a été mis à disposition grâce auquel nous pouvons bénéficier du pardon et du salut. — Lettre 139, 1898, p. 1. {EMS2 823.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 824.1

Quiconque pratique la simplicité dans toutes ses habitudes de vie, maîtrisant ses appétits et contrôlant ses passions, peut garder ses capacités mentales fortes, actives, vigoureuses, aptes à percevoir tout ce qui réclame pensée et action, capables de discerner entre ce qui est saint et profane, et prêtes à s'engager dans toute entreprise destinée à la gloire de Dieu et au bien de

l'humanité. — The Signs of the Times, 29 septembre 1881; Sons and Daughters of God, 86. {EMS2 824.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 824.2

Travers de ceux qui cèdent à l'ennemi — Ceux qui tombent dans les pièges de Satan n'ont pas encore pris l'attitude mentale qui convient. Ils sont hébétés, vaniteux, suffisants. Oh! avec quelle tristesse le Seigneur les considère et entend leurs paroles prétentieuses! Ils sont bouffis d'orgueil. L'ennemi s'étonne de ce qu'ils se laissent si facilement réduire en esclavage. — Lettre 126, 1906, p. 1. {EMS2 824.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 824.3

L'excès de confiance est un piège — Combien vain est le secours de l'homme lorsque le pouvoir de Satan s'exerce sur un être humain devenu prétentieux et qui ne se rend pas compte qu'il s'associe à la science du malin. Confiant en lui-même, il marche tout droit sur les pièges de Satan et s'y laisse prendre. Il n'a pas écouté les avertissements qui lui ont été donnés et il est devenu la proie de l'adversaire. S'il avait marché humblement avec Dieu, il aurait accouru au lieu de rendez-vous qu'il lui avait réservé. Alors, il aurait été à l'abri en cas de danger, car le Seigneur aurait dressé pour lui un étendard en face de l'ennemi. — Lettre 126, 1906, p. 1. {EMS2 824.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 824.4

Le cœur est naturellement pervers — Souvenons-nous que nos cœurs sont naturellement pervers, et que nous sommes 825incapables par nous-mêmes de suivre le droit chemin. C'est seulement par la grâce de Dieu, jointe à nos plus sérieux efforts, que nous obtiendrons la victoire. — The Review and Herald, 4 janvier 1881; Our High Calling, 111. {EMS2 824.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 825.1

Obstacle à l'exercice de la patience — Toute habitude ou toute pratique qui affaiblit les nerfs et les capacités du cerveau ou la force physique nous rend incapables de pratiquer la vertu citée après la maîtrise de soi — la patience. 1 Pierre 1:6. — Manuscrit 13, 1884; Our High Calling, 69. {EMS2 825.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 825.2

Esprits paresseux, indisciplinés — Le Seigneur ne veut pas que nous nous contentions d'avoir des esprits paresseux, indisciplinés, une pensée engourdie et une mémoire courte. — Counsels to Parents, Teachers, and Students, 506 (1913). {EMS2 825.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 825.3

L'échec au lieu du succès — La plupart de ces indisciplinés traversent la vie en désaccord avec les autres, essuyant des échecs alors qu'ils auraient pu connaître le succès. Ils en viennent à penser que la vie leur garde rancune parce qu'elle ne les flatte ni ne les cajole, et ils se vengent en haïssant la société et en lui lançant des défis. Parfois, les circonstances les obligent à affecter

une humilité qu'ils ne ressentent pas; mais cela ne leur donne pas une grâce naturelle, et leur véritable caractère se manifestera tôt ou tard. — Testimonies for the Church 4:202 (1876). {EMS2 825.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 825.4

Veiller à toutes ses habitudes — Il faut enseigner aux hommes et aux femmes qu'ils doivent être attentifs à toutes leurs habitudes et à toutes leurs pratiques et renoncer immédiatement aux choses qui sont malsaines pour le corps et qui obscurcissent l'esprit. — The Review and Herald, 12 novembre 1901; Welfare Ministry, 127, 128. {EMS2 825.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 825.5

Que faire des doutes? — Les chrétiens de longue date eux-mêmes sont souvent confrontés à de terribles doutes et hésitations... Vous ne devez pas croire qu'à cause de ces tentations votre cas est désespéré... Espérez en Dieu, confiez-vous en 826lui, et reposez-vous sur ses promesses. — Lettre 52, 1888, p. 1; Our High Calling, 86. {EMS2 825.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 826.1

Lorsque l'adversaire se présente à vous avec ses doutes et son scepticisme, fermez la porte de votre cœur. Fermez vos yeux et ne vous arrêtez pas à son ombre diabolique. Puis levez-les et fixez-les sur les biens éternels, et vous aurez la force voulue pour chaque heure. L'épreuve de votre foi est plus précieuse que l'or... Elle vous rend vaillant pour mener le combat du Seigneur... {EMS2 826.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 826.2

Vous ne sauriez permettre à quelque doute que ce soit de s'introduire dans votre esprit. Ne donnez pas à Satan la satisfaction de vous entendre parler des terribles fardeaux que vous portez. Chaque fois que vous le faites, il se réjouit à l'idée que son âme peut vous dominer et que vous avez perdu de vue Jésus Christ votre Rédempteur. — Manuscrit 17, 1894; Our High Calling, 86. {EMS2 826.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 826.3

Affaiblissement graduel — Personne ne peut, pas même une seule fois, vouer les capacités qu'il a reçues de Dieu au service du monde ou de l'orgueil sans se placer de ce fait sur le terrain de l'ennemi... Chaque répétition du péché affaiblit sa capacité de résistance, obscurcit ses yeux et étouffe ses convictions. — The Review and Herald, 20 juin 1882; Our High Calling, 160. {EMS2 826.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 826.4

Une œuvre salutaire — Quand vous travaillez en faveur des victimes d'habitudes néfastes, au lieu de leur montrer le désespoir et la ruine vers lesquels ils se dirigent, tournez leurs yeux vers Jésus. Attachez leurs regards aux gloires célestes. Cela aura un meilleur effet pour le salut du

corps et de l’âme que de rappeler sans cesse à ceux qui sont faibles et apparemment sans espoir les affres de la mort. — Le ministère de la guérison, 48 (1905). {EMS2 826.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 826.5

Ne pas passer son temps à des vétilles — Détournons-nous des mille objets qui sollicitent notre attention. Il est des questions qui absorbent notre temps et demandent des recherches, mais qui n’aboutissent à rien. Laissons de côté ces détails, comparativement insignifiants, et portons nos regards et nos efforts sur des sujets d’un ordre plus élevé. {EMS2 826.5}

827

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 827.1

Accepter de nouvelles théories ne donne pas à notre âme une vie nouvelle. Même la connaissance de faits et de théories importants en eux-mêmes est de peu de valeur si nous ne la mettons pas en pratique. Nous devons être conscients de la responsabilité qui nous incombe de donner à notre âme les aliments qui nourrissent et stimulent la vie spirituelle. — Le ministère de la guérison, 393 (1905). {EMS2 827.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 827.2

Vivre avec un objectif — Nous devrions vivre en vue du monde futur. Vivre une vie à l’aventure, sans but, est un véritable malheur. Nous avons besoin d’un objectif dans la vie... Que Dieu nous aide tous à faire preuve d’abnégation, à être moins soucieux de nos aises personnelles, de nos intérêts égoïstes, et à faire du bien, non pour l’honneur que nous espérons en retirer ici-bas, mais parce que tel est le but de notre vie et que cela réalisera l’objectif de notre existence. Que notre prière s’élève vers Dieu afin qu’il nous libère de notre égoïsme. — Lettre 17, 1872, p. 1; Our High Calling, 242. {EMS2 827.2}

828

Chapitre 89 — Influences positives sur l'esprit

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 828.1

Gratitude et santé — Rien ne dispose mieux à la santé du corps et de l'âme qu'un esprit de reconnaissance et de louange. Notre devoir formel est de résister à la mélancolie, aux pensées sombres et au mécontentement: il est aussi impérieux que celui de prier. — Le ministère de la guérison, 216 (1905). {EMS2 828.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 828.2

Emprunteurs — non propriétaires — Comme il est naturel que nous nous considérions comme nous appartenant à nous-mêmes! Cependant, la Parole inspirée déclare: "Ne savez-vous pas ceci: ...vous n'êtes pas à vous-mêmes? Car vous avez été rachetés à un grand prix." 1 Corinthiens 6:19, 20. ... A l'égard de nos semblables nous sommes propriétaires des aptitudes physiques et mentales dont nous sommes les économes. Vis-à-vis de Dieu, nous sommes des emprunteurs, des gérants de sa grâce. — Lettre 44, 1900, p. 1; Our High Calling, 40. {EMS2 828.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 828.3

Un idéal à atteindre: l'unité entre chrétiens — Dieu désire voir régner au sein de son peuple l'union et l'amour fraternel. Peu avant sa crucifixion, Jésus, dans sa prière, demandait que 829ses disciples fussent un comme il est lui-même un avec le Père, afin de faire connaître au monde que Dieu l'avait envoyé. Cette prière si touchante qui a traversé les siècles est aussi pour nous. Jésus ajoute, en effet: "Ce n'est pas seulement pour eux que je prie, mais aussi pour ceux qui croiront en moi par leur parole." Jean 17:20. {EMS2 828.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 829.1

Sans sacrifier jamais un seul principe de la vérité, nous devons tendre avec constance vers cette unité qui prouve que nous sommes disciples du Maître. "C'est à l'amour que vous aurez les uns pour les autres, dit encore Jésus, que tous connaîtront que vous êtes mes disciples." Jean 13:35. Et voici l'exhortation que l'apôtre Pierre adresse à l'Eglise: "Soyez tous d'un même sentiment, pleins de compassion et d'amour fraternel." 1 Pierre 3:8. — Patriarches et prophètes, 503, 504 (1890). {EMS2 829.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 829.2

Tirer des leçons positives — Nous avons tous vu à la surface d'un étang le merveilleux nénuphar blanc. Comme nous aurions aimé pouvoir cueillir cette fleur! La quantité de fange et de détritus au milieu desquels il se trouvait ne diminuait pas notre désir, et nous nous demandions comment le lis peut être si beau, si blanc au milieu de toutes ces impuretés. {EMS2 829.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 829.3

Eh bien, sa tige plonge à travers le sable doré, et elle ne puise rien d'autre que la substance la plus pure qui nourrit le nénuphar jusqu'à ce qu'il devienne la fleur immaculée que l'on sait. N'y a-t-il pas là une leçon pour nous? Assurément: cela nous montre que quelque soit l'iniquité qui nous entoure, nous ne devrions pas nous en approcher. Ne parlez pas de l'injustice et de la méchanceté qui sévissent dans le monde, mais élevez vos pensées et parlez de votre Sauveur. Quand vous constatez l'iniquité qui vous environne, vous devriez être d'autant plus heureux de savoir qu'il est votre Sauveur et que nous sommes ses enfants. {EMS2 829.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 829.4

Dès lors, pourquoi regarder l'iniquité qui nous entoure et nous arrêter sur son côté sombre? De toutes façons, nous ne pouvons pas y remédier; entretenons-nous donc de ce qui est plus élevé, meilleur, plus noble. Parlons de ce qui est de nature à produire une bonne impression sur l'esprit, de ce qui élèvera 830Toute âme au-dessus de cette iniquité pour l'introduire dans la lumière d'en haut. — Manuscrit 7, 1888. {EMS2 829.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 830.1

Compter les bienfaits de Dieu — Si toutes les énergies dispersées étaient dirigées sur un seul et même objectif — les abondantes ressources de la grâce de Dieu dans cette vie — quels témoignages de gratitude ne pourrions-nous pas graver dans nos mémoires, en nous rappelant les bontés et les faveurs divines!... En vertu d'un principe constant, nous prendrions alors l'habitude d'accumuler des trésors spirituels avec autant d'empressement et de persévérance que ceux qui sont animés des désirs du monde se démènent pour obtenir les biens terrestres et temporels. {EMS2 830.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 830.2

Il se peut que vous soyez insatisfait des ressources que vous avez présentement, alors que le Seigneur dispose d'une montagne de bénédictions, d'un trésor de bienfaits et de miséricorde pour satisfaire les besoins de votre âme. Aujourd'hui, il nous faut plus de grâce; aujourd'hui, il nous faut un renouveau de l'amour de Dieu et des marques de sa bienveillance, et il ne refusera pas ces bienfaits et ces trésors célestes à quiconque les recherche avec sincérité. — Manuscrit 22, 1889; Our High Calling, 188. {EMS2 830.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 830.3

Des résultats à la mesures des dons — Chaque serviteur a des responsabilités dont il doit rendre compte, et les diverses responsabilités sont proportionnées à nos différentes capacités. En dispensant ses dons, Dieu n'a pas fait preuve de favoritisme; il les a distribués selon les capacités connues de ses serviteurs, et il en attend des revenus correspondants. — Testimonies for the Church 2:282 (1869). {EMS2 830.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 830.4

Chacun doit utiliser ses talents à bon escient — Le temps doit être employé avec sagesse et sérieux, et par la sanctification du Saint Esprit. Nous devons comprendre exactement ce qui est

bien et ce qui est mal dans l'usage de nos biens et de nos aptitudes physiques et mentales. Le Seigneur dispose d'un droit de propriété sur toutes les capacités dont il a pourvu 831l'agent humain. Dans sa sagesse il fixe les conditions relatives à l'utilisation de tous ses dons, et il bénira le bon usage de tout talent employé pour la gloire de son nom. {EMS2 830.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 831.1

Qu'il s'agisse du don de la parole, de la mémoire ou des biens matériels, tous les talents doivent contribuer à la gloire de Dieu et à l'avancement de son royaume. Le Seigneur nous a confié la charge de ses biens en son absence. Chaque gestionnaire a une œuvre spéciale à accomplir en vue de l'avancement du royaume de Dieu. — Lettre 44, 1900, p. 1; Our High Calling, 40. {EMS2 831.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 831.2

Un devoir: cultiver nos talents — Nous devons cultiver les talents que Dieu nous a donnés. Ce sont ses dons, et ils doivent être employés en harmonie avec les autres talents afin qu'ils forment un ensemble parfait. Dieu donne les talents, les facultés mentales; l'homme forge le caractère. L'esprit est le jardin du Seigneur que l'homme doit cultiver avec zèle afin de forger un caractère à la ressemblance du divin. — Lettre 73, 1899, p. 1; Our High Calling, 106. {EMS2 831.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 831.3

L'inaction engendre l'incapacité — Beaucoup excusent leur paresse en alléguant leur incapacité. Mais Dieu les aurait-il vraiment créés inaptes? Certainement pas. Cette incapacité est le produit de leur inaction, cultivée par eux de leur plein gré. Déjà ils sentent dans leur caractère les effets de la sentence: "Otez-lui le talent!" Matthieu 25:28. {EMS2 831.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 831.4

Le mépris constant de leurs dons finira par contrister et éloigner d'eux le Saint Esprit, leur unique lumière. Le verdict: "Le serviteur inutile, jetez-le dans les ténèbres du dehors" (Matthieu 25:30) appose le sceau du ciel sur le choix qu'ils auront fait eux-mêmes pour l'éternité. — Les paraboles de Jésus, 319 (1900). {EMS2 831.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 831.5

Une synthèse de différents éléments — L'unité dans la diversité est conforme au plan de Dieu. Parmi les disciples du Christ il doit y avoir une synthèse de différents éléments, l'un étant adapté à l'autre et chacun accomplissant une œuvre particulière pour Dieu. Chaque individu a un rôle à jouer dans la réalisation du grand plan qui porte la marque de l'image du 832Christ... Tel est capable d'accomplir une certaine tâche; tel autre est propre à remplir une œuvre différente; tel autre encore se voit confier une tâche dans un domaine différent; mais chacun est appelé à compléter les autres... L'Esprit de Dieu agissant par et à travers ces divers éléments produira une action harmonieuse... Il doit y avoir un seul Esprit directeur: l'Esprit de Celui qui

est infini en sagesse, et par lequel les multiples éléments atteignent leur unité merveilleuse, incomparable. — Lettre 78, 1894, p. 1; Our High Calling, 169. {EMS2 831.5}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 832.1

Une odeur de vie ou une odeur de mort — Tout ce que nous avons à cœur se reflétera dans le caractère et aura une influence sur tous ceux avec lesquels nous sommes en contact. Nos paroles, nos actes ont une odeur de vie donnant la vie ou une odeur de mort donnant la mort. Et au jour du jugement, nous serons confrontés à ceux auxquels nous aurions pu venir en aide sur le droit chemin par des paroles à-propos et, des conseils, si nous avions eu un contact quotidien avec Dieu et un intérêt ardent, constant pour le salut de leur âme. — Lettre 27, 1892; Our High Calling, 241. {EMS2 832.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 832.2

Le pouvoir de l'énergie (message adressé à un homme apathique) — Vous devriez développer l'énergie de votre caractère, car l'exemple d'un homme énergique est d'une grande portée et incitatif; il semble posséder un pouvoir électrique sur les autres esprits. De nos jours les hommes consciencieux sont peu nombreux. Tous les ouvriers du Seigneur rencontreront des obstacles et des difficultés; mais ils devront les affronter avec courage. L'ouvrier énergique et sérieux ne permettra pas que son chemin soit bloqué; il renversera les barrières. {EMS2 832.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 832.3

Il vous faut une énergie solide, uniforme, inflexible. Vous devez vous discipliner et procéder à un changement complet. Faites des efforts et dominez tous vos sentiments puérils. Vous vous êtes beaucoup trop apitoyé sur vous-même. Vous devriez décider que désormais votre vie ne se passera plus à des vétilles, et que vous devez faire ce qu'il faut pour y 833parvenir. Vous prenez de bonnes résolutions. Vous êtes toujours sur le point de faire quelque chose, mais vous ne passez jamais à l'acte. La plupart du temps, vous vous contentez de parler au lieu d'agir. Vous jouiriez d'une bien meilleure santé si vous faisiez preuve d'une plus grande énergie et si vous agissiez malgré les obstacles. — Lettre 33, 1886, p. 1. {EMS2 832.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 833.1

Un amour indicible — L'amour du Christ est une chaîne d'or qui unit les êtres humains finis qui, en Jésus Christ, croient au Dieu infini. L'amour que le Seigneur éprouve pour ses enfants dépasse toute connaissance. Aucune science ne saurait le définir ou l'expliquer. Nulle sagesse humaine ne peut le sonder. Plus nous ressentirons l'influence de cet amour, plus nous serons humbles et doux. — Lettre 43, 1896, p. 1; The S.D.A. Bible Commentary 5:1141. {EMS2 833.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 833.2

Le véritable christianisme faconne tout l'être — La véritable religion chrétienne siège dans le cœur; comme elle est un principe permanent, elle s'extériorise, influant sur la conduite, au point que l'être tout entier est conforme à l'image du Christ; les pensées elles-mêmes sont

rendues captives de son esprit. Lorsque ce principe permanent n'est pas dans le cœur, l'esprit est formé à la ressemblance trompeuse de celui de Satan qui accomplira sa volonté pour la ruine de l'âme. L'atmosphère qui entoure de telles âmes est nuisible à ceux de leur entourage, qu'ils soient croyants ou incroyants. — Lettre 8, 1891, p. 1. {EMS2 833.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 833.3

Moyens naturels et santé — Les choses de la nature sont des bénédictions de Dieu, dispensées pour la santé du corps, de l'âme et de l'esprit. Elles sont données pour ceux qui sont en bonne santé afin de les y maintenir, et de guérir ceux qui sont malades. Associés à l'hydrothérapie, ils sont plus efficaces pour le rétablissement de la santé que tous les médicaments du monde. — Testimonies for the Church 7:76 (1902). {EMS2 833.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 833.4

Obéissance et paix intérieure — Il y aura paix, une paix constante, inondant l'âme, car le repos se trouve dans la 834parfaite soumission à Jésus Christ. L'obéissance à la volonté de Dieu procure la sérénité. Le disciple qui marche sur les traces du doux et humble Rédempteur trouve un repos que le monde ne peut donner et qu'il ne peut ravir. "A celui qui est ferme dans ses dispositions, tu assures la paix, la paix, parce qu'il se confie en toi." Ésaïe 26:3. — Lettre 6, 1893, p. 1; Our High Calling, 98. {EMS2 833.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 834.1

L'humilité produit la paix — Lorsque ses vrais disciples en sont animés, l'humilité et la douceur, qui étaient la caractéristique permanente de la vie du Fils de Dieu, procurent une bonne humeur, une paix et une joie qui les élèvent au-dessus des servitudes de la vie artificielle. — The Health Reformer, décembre 1871; Our High Calling, 98. {EMS2 834.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 834.2

Pardon et sérénité — Qu'est-ce que le "repos" promis? Matthieu 11:28. C'est la certitude que Dieu est fidèle, qu'il ne déçoit jamais celui qui vient à lui. Son pardon est total et gratuit, et son accueil signifie le repos pour l'âme, le repos dans son amour. — The Review and Herald, 25 avril 1899; Our High Calling, 97. {EMS2 834.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 834.3

Repos et abandon de soi-même — On trouve le repos lorsque l'on renonce à toute auto-justification, à tout raisonnement motivé par l'égoïsme. Le total abandon de soi-même, l'acceptation des voies de Dieu sont le secret du parfait repos dans son amour... Faites exactement ce qu'il vous a dit de faire et soyez assuré que le Seigneur fera tout ce qu'il a promis... Vous êtes-vous approché de lui, en renonçant à tous vos expédients, à toute votre incrédulité, à toute votre justice? Venez à lui tel que vous êtes, faible, désemparé, prêt à mourir à vous-même. — The Review and Herald, 25 avril 1899; Our High Calling, 97. {EMS2 834.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 834.4

Là où les légions sataniques sont impuissantes — Souvenez-vous que la tentation n'est pas le péché. Souvenez-vous aussi que, quelles que soient les circonstances dans lesquelles un homme est placé, rien ne saurait ébranler son âme aussi longtemps qu'il ne cède pas à la tentation et qu'il garde son intégrité. Ce qui est primordial pour vous personnellement c'est que vous vous préserviez vous-même. Personne ne peut 835entamer votre intégrité sans votre consentement. Toutes les légions sataniques réunies ne sauraient vous faire du mal, à moins que vous n'ouvriez votre âme aux artifices et aux flèches du diable. Votre ruine n'aura pas lieu contre votre volonté. Si votre esprit ne contient pas d'impureté, toutes les pollutions extérieures ne sauraient vous contaminer ni vous souiller. — Lettre 14, 1885, p. 1; Our High Calling, 94. {EMS2 834.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 835.1

Maîtriser les sentiments — Réjouissez-vous en espérance (Romains 12:12), mais non en vous fiant à vos sentiments. Dans l'espérance de la gloire, nous savons que la tribulation produit la persévérance, que la persévérance produit une fidélité éprouvée et que la fidélité éprouvée produit l'espérance. Romains 5:3, 4. Qu'est-ce à dire? Si nous ne ressentons pas ce que nous désirons, nous laisserons-nous aller à l'impatience, en prononçant des paroles qui montrent que nous avons les attributs de Satan? Nous ne pouvons pas nous permettre de proférer un mot acerbe ou une parole désobligeante étant donné que les esprits célestes nous observent et que nous menons un combat à la vue de l'univers céleste tout entier. Combien nous attristons le cœur de Dieu lorsque nous le renions d'une manière ou d'une autre! Les stigmates de sa crucifixion prouvent que le Christ nous a gravés sur la paume de ses mains. — Manuscrit 16, 1894. {EMS2 835.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 835.2

Encouragement et guérison des malades — Parlez du Sauveur compatissant à ceux qui souffrent... Il regarde avec compassion ceux qui pensent que leur cas est sans espoir. Quand l'âme est remplie de crainte et de terreur, l'esprit est incapable de voir la tendre sympathie du Sauveur. Nos sanatoriums doivent être un moyen d'apporter la paix et la sérénité aux esprits troublés. {EMS2 835.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 835.3

Si vous pouvez redonner le courage et l'espoir, la foi salvatrice, la satisfaction et la joie céderont le pas au découragement et à l'anxiété. De merveilleux changements pourront alors se produire dans leur état physique. Le Christ rétablira à la fois l'âme et le corps, et lorsqu'ils comprendront 836sa compassion et son amour, ils se reposeront en lui. Il est l'étoile brillante du matin, qui luit au milieu des ténèbres morales de ce monde pécheur et corrompu. Il est la lumière du monde, et tous ceux qui lui donneront leur cœur trouveront la paix, la sérénité et la joie. — Lettre 115, 1905, p. 1; Medical Ministry, 109, 110. {EMS2 835.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 836.1

Le dynamisme du chrétien — Un chrétien en pleine vigueur et en progrès ne sera pas un récipient passif au milieu de ses semblables. Il doit donner aussi bien que recevoir. Nos vertus se développent par l'exercice. La société chrétienne nous fournira un air pur, et en le respirant, nous devons être actifs. L'accomplissement de l'œuvre chrétienne, les sympathies et les encouragements prodigués, les instructions dispensées en faveur de ceux qui en ont besoin, la maîtrise de soi, l'amour, la patience nécessaires, manifestés dans cette œuvre, créeront en nous la foi, l'obéissance, l'espérance et l'amour pour Dieu... {EMS2 836.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 836.2

Il est essentiel, pour sa vitalité et sa force spirituelles, que l'âme ait de l'exercice. Une œuvre doit être accomplie grâce à une activité spirituelle qui tire profit des occasions de faire du bien... Plus un homme est fidèle dans l'accomplissement des devoirs chrétiens, plus ses qualités chrétiennes se développent. — Lettre 1, 1882, p. 1; Our High Calling, 260. {EMS2 836.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 836.3

Importance des relations sociales — C'est par ses relations sociales que le chrétien entre en rapport avec ses semblables. Qu'il fasse briller la lumière divine qu'il a reçue sur le chemin ténébreux de ceux qui se perdent. Qu'il ne considère pas l'amour du Sauveur comme un trésor précieux et sacré qui n'appartient qu'à lui; qu'il soit au contraire comme une source d'eau qui jaillit jusque dans la vie éternelle et désaltère tous ceux qui vont y étancher leur soif. — Le ministère de la guérison, 429 (1905). {EMS2 836.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 836.4

Le pouvoir du christianisme — On rencontre, sur les humbles sentiers de la vie, des hommes occupés aux besognes les plus modestes, et possédant, sans le savoir, des facultés qui, développées, les mettent sur un pied d'égalité avec les 837hommes les plus honorés. L'attouchement d'une main habile éveille ces facultés latentes. De tels hommes furent appelés à devenir des collaborateurs de Jésus et eurent l'avantage de lui être associés. Les grands de ce monde n'ont jamais eu un tel maître. Quand les disciples sortirent de l'école du Sauveur, ce n'étaient plus des hommes ignorants et incultes. Ils s'étaient rapprochés de lui par l'esprit et le caractère, et l'on se rendait compte, en les voyant, qu'ils avaient été avec Jésus. — Jésus Christ, 232 (1898). {EMS2 836.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 837.1

Besoin d'avoir un objectif — Tant que vous vivez, ayez un objectif dans la vie. Entourez-vous de soleil, et non de nuages. Efforcez-vous d'être une fleur fraîche et belle dans le jardin de Dieu, répandant du parfum autour de vous. Faites cela, vous ne mourrez pas plus vite; en revanche, vous abrégerez sûrement vos jours par des plaintes, et en faisant de vos peines et de vos douleurs le sujet de vos conversations. — The Health Reformer, juin 1871. {EMS2 837.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 837.2

Avoir un but dans la vie — Ceux qui vivent en ayant un but dans l'existence, en cherchant à faire du bien à leurs semblables, à honorer et à glorifier leur Rédempteur, sont vraiment des gens heureux sur la terre, tandis que l'homme agité, mécontent, qui est toujours à la recherche de ceci ou de cela, en espérant trouver le bonheur, essuie constamment des déceptions. Il est sans cesse en manque, n'est jamais satisfait, parce qu'il ne vit que pour lui. Fixez-vous comme objectif de faire le bien, de jouer fidèlement votre rôle dans la vie. — Lettre 17, 1872, p. 1; Our High Calling, 242. {EMS2 837.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 837.3

Chercher à atteindre le sommet de l'échelle — Nous devons tendre au maximum nos nerfs et nos muscles spirituels... Dieu... ne désire pas que nous restions des novices. Il veut que nous atteignions le plus haut degré de l'échelle, et que, de là, nous entrions dans le royaume de notre Seigneur et Sauveur Jésus Christ. — Manuscrit 8, 1899; Our High Calling, 217. {EMS2 837.3}

838

839

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 839.1

Appendices {EMS2 839.1}

840

841

Appendice A

Message adressé à une femme déprimée entre deux âges

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 841.1

Je pense à vous, Marthe... Nous souhaitons vous voir, et nous désirons que vous vous confiez pleinement dans le cher Sauveur. Il vous aime, lui qui a donné sa vie pour vous parce qu'il attribuait une valeur à votre âme. Récemment, j'ai fait un rêve au cours duquel je traversais un jardin et vous étiez à mes côtés. Vous répétiez sans cesse: "Regardez ce vilain arbrisseau, cet arbre tout tordu, ce pauvre rosier rabougri! Cela m'attriste, car ils me semblent être l'image de ma vie et de ma relation avec Dieu." {EMS2 841.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 841.2

J'imaginai une forme majestueuse qui marchait devant nous et disait: "Cueillez les roses, les lis et les œillets; laissez les chardons et les vilains arbrisseaux, et ne meurtrissez pas l'âme que le Christ a choisi de garder." {EMS2 841.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 841.3

Je me réveillai, je me rendormis et fis le même rêve. Puis je me réveillai et me rendormis de nouveau, et pour la troisième fois je fis le même rêve. Or, je veux que vous en teniez compte et

que vous renonciez à votre manque de confiance, à 842votre anxiété, à vos craintes. Détournez-vous de vous-même et fixez vos yeux sur Jésus, détournez-vous de votre mari pour regarder au Sauveur. Dieu vous a adressé des paroles d'encouragement. Saisissez-vous de ces paroles, agissez en conséquence, marchez par la foi, et non par la vue. "Or la foi, c'est l'assurance des choses qu'on espère, la démonstration de celles qu'on ne voit pas." Hébreux 11:1. {EMS2 841.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 842.1

Jésus vous soutient de sa main. Il ne permettra pas que l'ennemi l'emporte sur vous. Jésus vous donnera la victoire. Il possède la vertu, il possède la justice. Si vous regardez à vous-même pour les obtenir, vous risquez de verser dans le désespoir, car vous ne les possédez pas. Mais Jésus les possède. Ces attributs sont vôtres par la foi parce que vous aimez Dieu et que vous gardez ses commandements. {EMS2 842.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 842.2

Ne prêtez pas l'oreille aux mensonges de Satan, mais rappelez-vous les promesses de Dieu. Cueillez les roses, les lis et les œillets. Parlez des promesses divines. Parlez de foi. Confiez-vous en Dieu, car en lui réside votre seule espérance. J'ai à livrer de terribles batailles parce que Satan m'incite au découragement; mais je ne lui céderai pas d'un pouce. Je ne le laisserai pas dominer mon corps ou mon esprit. {EMS2 842.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 842.3

Si vous regardez à vous-mêmes, vous ne verrez que faiblesse. Là, il n'y a pas de Sauveur. Vous trouverez Jésus hors de vous-même. C'est à lui que vous devez regarder et vivre, sur lui que vous devez fixer vos regards, car il est devenu péché pour nous afin que nous soyons purifiés du péché et revêtus de sa justice. {EMS2 842.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 842.4

Marthe, ne regardez donc pas à vous-même, mais regardez à Jésus. Parlez de son amour, de sa bonté, de sa puissance, car il ne permettra pas que vous soyez tentée au-delà de ce que vous pouvez supporter. Mais en Christ est notre justice. Jésus comble nos déficiences parce qu'il voit que nous ne pouvons pas le faire nous-mêmes. Tandis que je prie pour vous, je vois une douce lumière qui entoure une main tendue pour vous sauver. Les paroles de Dieu sont nos lettres de créance. C'est sur elles que nous nous appuyons. Nous aimons la vérité. Nous aimons Jésus. Nos impressions ne sont pas une preuve du 843déplaisir de Dieu. {EMS2 842.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 843.1

Votre vie est précieuse aux yeux du Seigneur. Il a pour vous une œuvre à accomplir, mais allez simplement de l'avant avec foi, sans dire un mot, car cela attristerait notre cher Sauveur et prouverait que vous craignez de lui faire confiance. Mettez votre main dans la sienne. Il vous tend la main pardessus les remparts du ciel pour que vous vous confiiez en lui. Oh! quel amour,

quel tendre amour Jésus ne nous a-t-il pas témoigné! Les promesses de la Bible sont les œillets, les roses et les lis du jardin du Seigneur. {EMS2 843.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 843.2

Oh! qu'ils sont nombreux ceux qui marchent sur un chemin obscur, en fixant leurs yeux sur les choses laides, désagréables qui se trouvent de part et d'autre, alors qu'un peu plus loin il y a les fleurs. Ils croient n'avoir pas le droit de dire qu'ils sont enfants de Dieu et de se réclamer des promesses qui leur sont adressées dans l'Evangile parce qu'ils n'ont pas la preuve qu'ils sont acceptés de Dieu. De telles personnes traversent des luttes douloureuses en affligeant leur âme comme le fit Martin Luther qui s'en est remis totalement à la justice du Christ. {EMS2 843.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 843.3

Nombreux sont ceux qui croient ne pouvoir venir à Jésus que dans les conditions où le fit l'enfant possédé du démon qui le saisissait, le jetait à terre, lorsqu'il fut amené au Sauveur. Mais vous ne faites pas partie de ceux qui ont de tels conflits et de telles épreuves. Richard Baxter [pasteur anglais non-conformiste — 1615-1691] était angoissé parce qu'il n'avait pas une opinion de lui-même aussi pénible et aussi humiliante qu'à son avis il aurait dû avoir. Mais cette difficulté fut finalement résolue à sa satisfaction, et la paix régna dans son cœur. {EMS2 843.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 843.4

Vous n'êtes pas obligée de vous charger d'un fardeau pour vous-même, car vous êtes la propriété du Christ. Il vous tient dans sa main. Il vous entoure de ses bras éternels. Votre vie n'a pas été une vie de péché au sens habituel du terme. Vous craignez sincèrement de faire le mal; votre cœur est habité par un principe qui vous incite à choisir le bien, et maintenant, vous désirez vous détourner des épines et des ronces pour 844regarder les fleurs. {EMS2 843.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 844.1

Fixez vos yeux sur le Soleil de la justice. Ne faites pas de votre tendre Père céleste un tyran; mais considérez sa bienveillance, sa miséricorde, son amour grand et profond et son immense compassion. Son amour dépasse celui d'une mère pour son enfant. "Quand elle l'oublierait, moi je ne t'oublierai pas." (Ésaïe 49:15), dit le Seigneur. Jésus veut que vous lui fassiez confiance. Que sa bénédiction repose sur vous en abondance! Telle est ma prière fervente. {EMS2 844.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 844.2

Vous avez hérité d'un tempérament dépressif, et vous avez sans cesse besoin de cultiver des sentiments optimistes. Vous avez hérité de votre père et de votre mère un tempérament particulièrement scrupuleux, et de votre mère une propension à rabaisser le moi plutôt qu'à le valoriser. Un mot suffit à vous émouvoir, et un jugement sévère suffit à créer en vous d'autres sentiments. Si vous étiez placée là où vous auriez conscience d'aider les autres, si pénible, si fatiguant que ce soit, vous feriez tout avec joie, sinon, vous regretterez de n'avoir rien fait. {EMS2 844.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 844.3

Samuel, qui servit le Seigneur depuis son enfance, aurait eu besoin d'une éducation tout à fait différente de celle qui engendra chez lui une volonté obstinée et égoïste. Votre enfance ne fut pas marquée par la grossièreté, bien qu'elle ait comporté des erreurs humaines. Toute la question m'a été présentée, si bien que je vous connais bien mieux que vous vous connaissez vous-même. Dieu vous aidera à remporter la victoire sur Satan si seulement vous vous confiez en Jésus pour qu'il livre ces dures batailles que vous êtes totalement incapable de mener avec vos forces limitées. {EMS2 844.3}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 844.4

Vous aimez Jésus et il vous aime. Maintenant, continuez à lui faire confiance, et répétez sans cesse: Seigneur, je suis à toi. Jetez-vous de tout votre cœur à ses pieds. La joie n'est pas une preuve que vous êtes une chrétienne. Votre preuve réside en un "Ainsi dit le Seigneur". Ma chère sœur, je vous dépose par la foi sur la poitrine de Jésus Christ. {EMS2 844.4}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 844.5

Lisez les lignes ci-après, et faites vôtres les pensées qu'elles renferment: {EMS2 844.5}

845

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 845.1

Je n'ai pas d'autre refuge,
Attache à ton âme la mienne désespérée;
Ne me laisse pas, oh! ne me laisse pas seule!
Continue à me soutenir et à m'encourager;
Je garde pleine confiance en toi,
Tout mon secours vient de toi;
Protège ma tête sans défense
A l'ombre de ton aile. {EMS2 845.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 845.2

En toi je trouve la grâce en abondance
La grâce pour la rémission de tous mes péchés;
Que les ruisseaux de guérison abondent,
Purifie-moi et garde-moi pur;
Toi qui es la Source de vie,
Permets-moi d'y venir puiser largement;
Dilate mon cœur, surgis dans mon cœur,
Et sois exalté jusque dans l'éternité. {EMS2 845.2}

Lettre 35, 1887, p. 1.

846

Appendice B

Confiance implicite indépendamment des changements d'émotions

Expérience personnelle de l'auteur

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 846.1

Lorsque vous êtes profondément triste, c'est parce que Satan s'est interposé entre vous et les brillants rayons du Soleil de justice. A l'heure de l'épreuve, son éclat disparaît, et nous ne comprenons pas pourquoi nous avons apparemment perdu notre assurance. Nous sommes conduits à regarder à nous-mêmes et à l'ombre de la croix, ce qui nous empêche de voir la consolation qui nous est offerte. Nous gémissons sur le chemin et nous lâchons la main du Christ. Mais parfois, la faveur de Dieu se manifeste soudain sur l'âme, et notre tristesse se dissipe. Vivons à la brillante lumière de la croix du Calvaire. Ne restons plus dans l'obscurité, en nous plaignant de nos soucis, car cela ne fait qu'aggraver notre anxiété. {EMS2 846.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 846.2

Même lorsque nous cheminons — avec confiance — au fond de la vallée, n'oublions jamais que le Christ est tout 847autant à nos côtés que lorsque nous sommes au sommet de la montagne. La voix nous dit: "Ne veux-tu pas déposer ton fardeau sur Celui qui a mission de s'en charger — le Seigneur Jésus Christ? Ne veux-tu pas vivre du côté lumineux de la croix, en disant: Je sais en qui j'ai cru, et je suis persuadé qu'il a la puissance de garder mon dépôt jusqu'à ce Jour-là." 2 Timothée 1:12. "Vous l'aimez sans l'avoir vu. Sans le voir encore, vous croyez en lui et vous tressaillez d'une allégresse indicible et glorieuse, en remportant pour prix de votre foi le salut de vos âmes." 1 Pierre 1:8, 9. {EMS2 846.2}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 847.1

Oui, je me suis arrêtée à l'ombre de la croix. Ce n'est pas pour moi quelque chose d'habituel d'être accablée et déprimée comme je l'ai été ces derniers mois. Je ne saurais jouer avec mon âme et traiter ainsi mon Sauveur à la légère. Je ne saurais enseigner que Jésus est ressuscité du tombeau, qu'il est monté au ciel et qu'il vit pour intercéder en notre faveur devant le Père, si par ailleurs je ne mets pas en pratique ses enseignements, que je ne me confie pas en lui pour mon salut et si mon âme désemparée ne s'appuie pas sur sa grâce, sa justice, sa paix et son amour. Je dois lui faire confiance en dépit des variations de mes sentiments. Je dois chanter les louanges de Celui qui nous a appelés "des ténèbres à son admirable lumière". 1 Pierre 2:9. Mon cœur doit être ferme en Christ, mon Sauveur, en considérant son amour et son immense bonté. Je ne dois pas me confier en lui de temps à autre, mais toujours, afin que je porte les fruits d'une communion durable avec lui qui m'a rachetée au prix de son sang précieux. Nous devons apprendre à nous fier à ses promesses, à avoir une foi ferme, pour que nous les considérions comme la Parole certaine de Dieu. {EMS2 847.1}

Pour un bon Équilibre Mental et Spirituel 2, p. 847.2

Parmi ceux qui aiment Dieu et veulent l’honorer, nombreux sont ceux qui croient n’avoir pas le droit de se réclamer de ses merveilleuses promesses. Ils s’appesantissent sur leurs luttes pénibles et sur l’obscurité qui entoure leur chemin, et ce faisant, ils perdent de vue la lumière de l’amour que Jésus Christ a fait briller sur eux. Ils perdent également de vue la grande rédemption qui leur a été acquise à un prix infini. 848Nombreux sont ceux qui se tiennent éloignés, comme s’ils avaient peur de toucher même la frange du vêtement de Jésus; cependant, son aimable invitation s’adresse aussi à eux sur un ton suppliant: “Venez à moi, vous tous qui êtes accablés sous le poids d’un lourd fardeau, et je vous donnerai du repos. Prenez mon joug sur vous, et vous trouverez le repos pour vous-mêmes, et mettez-vous à mon école, car je suis doux et humble de cœur. Oui, mon joug est facile à porter et la charge que je vous impose est légère.” Matthieu 11:28-30 (Semeur). — Manuscrit 61, 1894. {EMS2 847.2}

Attendre la Fin